«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий кафедрой
_____ С.Г. Басханов
"29" августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА»

Направления подготовки

44.03.01 – ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль подготовки

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения: очная и заочная
Факультет: физической культуры и спорта
Кафедра – разработчик: кафедра теории и методики преподавания физической культуры

Грозный 2020

Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» относится к блоку Б**1. В.ОД.4** «Дисциплины (модули)» учебного плана подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки – Физическая культура.

Разработчик:

Профессор ТМПФК С.Б. Элипханов

Рабочая программа обсуждена и одобрена на заседании кафедры теории и методики преподавания физической культуры ФГБОУ ВО Чеченский государственный педагогический университет от 29 августа .2020 г., протокол №_1_.

Зав.кафедрой, к.ф.н.,доц. С.Г. Басханов

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель дисциплины – сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту.

Задачи изучения курса:

Ее изучение способствует решению следующих типовых задач профессиональной деятельности:

Добиться прочного усвоения студентами знаний, составляющих содержание современной общей теории и методики физической культуры и спорта на уровне, соответствующем квалификации бакалавра и специалиста.

Воспитать у будущих специалистов способность обобщенно осмысливать информацию, относящуюся к научно-теоретическим основам и прикладно-методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования.

Сформировать у студентов умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО:

Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» относится к блоку Б**1. В.ОД.4** «Дисциплины (модули)» учебного плана подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки – Физическая культура.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2-3 курсе (3,4,5 семестры).

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Компетенции, которыми должен овладеть обучающийся в результате освоения образовательной программы высшего образования

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, должен обладать следующими **общепрофессиональными компетенциями**:

- способностью определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений (УК-2);
- способностью планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);
- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2).

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:
- ценностные основы профессиональной деятельности в сфере образования;
сущность и структуру образовательных процессов;
- особенности реализации педагогического процесса в условиях поликультурного и полиэтнического общества;
- теории и технологии обучения и воспитания ребенка, сопровождения субъектов педагогического процесса;
- содержание преподаваемого предмета;
- способы взаимодействия педагога с различными субъектами педагогического процесса.

Уметь:
- системно анализировать и выбирать образовательные концепции;
- учитывать в педагогическом взаимодействии различные особенности учащихся;
- проектировать образовательный процесс с использованием современных технологий, соответствующих общим и специфическим закономерностям и особенностям возрастного развития личности;
- осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и различных типах образовательных учреждений;
- проектировать элективные курсы с использованием последних достижений наук.

Владеть:
- способами ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.);
- способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;
- способами проектной и инновационной деятельности в образовании.

3.1. Паспорта компетенций

код	**Формируемая компетенция**	**Содержание этапа формирования компетенции**
УК-2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	**Знает:** - требования и принципы целеполагания; - принципы и методы планирования; виды и содержание планирования в физической культуре и спорте; - методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования **Умеет:** - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта;

		- осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом **Имеет опыт:** - планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта; - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.
ОПК-1	Способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	**Знает:** - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;

		- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; **Умеет:** - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-

		тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. **Имеет опыт:** - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания; - планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста спортсменов при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному избранному виду спорта «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
ОПК-3	Способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	**Знает:** - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;
		основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника,

		соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности спортсменов в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. **Умеет:** - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);
		- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся. **Владеет навыками:** - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному избранному виду спорта «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);

		- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы (общая трудоёмкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц)

Таблица 1.

Вид учебной работы		**Всего часов/зач.ед.**	**Семестры**	
			очно	заочно
Аудиторные занятия:		100/2,8 з.е.	100/ 2,8 з.е.	10/0,28 з.е.
В том числе:				
Лекции		50/1,4 з.е.	50/1,4 з.е.	6/0,06 з.е.
Практические занятия (ПЗ)		50/1,4 з.е.	50/1,4 з.е.	4/0,01 з.е.
Семинары (С)				
Лабораторные работы (ЛР)				
Курсовой проект/курсовая работа		27/0,72 з.е.	27/0,72 з.е.	27/0,72 з.е.
Расчетно-графические работы (РГР)				
Лабораторные работы (ЛР)				
Курсовой проект / курсовая работа				
Расчетно-графические работы (РГР)				
Самостоятельная работа		35/1,0 з.е.	35/1,0 з.е.	63/1,68 з.е.
В том числе:				
Реферат		17/ 0,49 з.е.	17/ 0,49 з.е.	17/ 0,49 з.е.
Доклад		18/0,52 з.е.	18/0,52 з.е.	18/0,52з.е.
Итоговый контроль		6	6	6
Вид отчетности (зачет, экзамен)				
Общая трудоемкость дисциплины	**ВСЕГО в часах**	216 час.		
	ВСЕГО в зач. единицах	6 з.е.		

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины для очной и заочной формы обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единицы, 216 часов.

5.1.1. Теоретические разделы дисциплины

Таблица 2.

№ п/п	**№ раздела дисциплин**	**Наименование лекции** **5 семестр**	**Трудоемкость (час. / зач.ед.)**	
			очно	заочно
1	1	Исторические аспекты становления теории и методики физич культуры и спорта.	2/0,05	
2	2	Место и интегрирующая роль теории и методики физической культуры и спорта в системе физкультурного профессионального образования.	2/0,05	1/0,025

3	3	Культура двигательной деятельности, физический активный образ жизни человека	2/0,05	
4	4	Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта.	2/0,05	
5	5	Средства и методы физического воспитания и спорта	4/0,01	1/0,025
6	6	Дидактические основы теории и методики физической культуры и спорта	3/0,07	
7	7	Теоретико-практические основы развития физических качеств	4/0,01	1/0,025
6 семестр				
7	7	Формы построения занятий в физическом воспитании и спор	4/0,1	1/0,025
8	8	Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте	4/0,1	1/0,025
9		Оценка эффективности физкультурных занятий	4/0,01	
10	10	Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста	2/0,05	
11	11	Физическое воспитание детей школьного возраста	2/0,05	
12	12	Физическое воспитание взрослого населения	2/0,05	
7 семестр				
13	13	Формирование профессионализма педагога, специалиста по физической культуре и спорту.	2/0,05	
14	14	Спорт в современном обществе, тенденции его развития, Подготовка спортсмена.	3/0,07	
15	15	Спортивная ориентация и отбор. Спортивная тренировка.	4/0,01	1/0,025
16	16	Программирование (планирование) и комплексный контроль в подготовке спортсменов.		
17	17	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	2/0,05	
18	18	Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры.	2/0,05	
19	19	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.	2/0,05	

5.1.2. Практические разделы дисциплины

Таблица 3.

№ п/п	**№ раздела дисциплин**	**Наименование раздела** **5 семестр**	**Трудоемкость (час. / зач.ед.)**

1	1	Исторические аспекты становления теории и методики физической культуры и спорта.	очно 2/0,05	заочно
2	2	Место и интегрирующая роль теории и методики физической культуры и спорта в системе физкультурного профессионального образования.	2/0,05	1/0,025
3	3	Культура двигательной деятельности, физический активный образ жизни человека	2/0,05	
4	4	Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта.	2/0,05	
5	5	Средства и методы физического воспитания и спорта	4/0,01	1/0,025
6	6	Дидактические основы теории и методики физической культуры и спорта	30,07	
7	7	Теоретико-практические основы развития физических качеств	4/0,01	
6 семестр				
7	7	Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте	4/0,1	1/0,025
8	8	Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте	4/0,1	1/0,025
9		Оценка эффективности физкультурных занятий	4/0,01	
10	10	Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста	2/0,05	
11	11	Физическое воспитание детей школьного возраста	2/0,05	
12	12	Физическое воспитание взрослого населения	2/0,05	
7 семестр				
13	13	Формирование профессионализма педагога, специалиста по физической культуре и спорту.	2/0,05	
14	14	Спорт в современном обществе, тенденции его развития, Системное представление о подготовке спортсменов.	3/0,07	
15	15	Спортивная ориентация и отбор. Спортивная тренировка.	4/0,01	
16	16	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	2/0,05	
17	17	Программирование (планирование) и комплексный контроль в подготовке спортсменов.	2/0,05	
18	18	Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры.	2/0,05	
19	19	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	2/0,05	

5.2. Содержание разделов дисциплины

Таблица 4.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (дидактические единицы)
1.	**Исторические аспекты становления теории и методики физической культуры и спорта, ее место и роль в системе физкультурного профессионального образования**	Появление опыта направленного воздействия физических упражнений на человека. Появление систем физического воспитания. Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Место дисциплины ТМФКС в государственных образовательных стандартах высшего профессионального образования. Связь дисциплины ТМФКС с научной специальностью 130004 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Ведущая роль дисциплины ТМФКС в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы – формировании у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта: физическая культура, физическое воспитание, спорт, спортивная подготовка, физическое развитие, физическая подготовленность, физкультурное образование, физическая активность, здоровый стиль жизни.
2.	**Культура двигательной деятельности, физический активный образ жизни человека**	Двигательная деятельность как необходимый компонент существования и полноценной жизнедеятельности человека, как форма отношения к окружающему миру и способ его освоения. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека. Физическая активность человека как мотивированная систематическая деятельность индивидуума по достижению физических кондиций, необходимых для обеспечения и поддержания оптимального уровня физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья. Понятие физической активности как отражение активного отношения, понимания и участия личности в освоении ценностей физической культуры. Физическая активность как интегрированное выражение осознанной, опирающейся на потребность, деятельности индивидуума по освоению знаний о методическом обеспечении процесса физического совершенствования и ориентации на личностную мотивацию физической тренировки. Усиление акцента на активное понимание личностью общественной значимости его индивидуальной деятельности, направленной на физическое совершенствование и на инициативное участие в достижении этих общественно значимых целей, как общественно и индивидуально необходимая составная часть образа, стиля жизни человека.
3..	**НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ Ф\В**	Возможности направленного воспитательного воздействия на основе специфики физического воспитания и спорта. Характеристика с этих позиций принципов, методов и форм организации воспитательной работы с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей воспитуемых. Деятельность в физическом воспитании и спорте как средство нравственного, умственного, трудового, эстетического воспитания, воспитания патриотизма, интернационализма и гуманизма, сознательной дисциплины, всестороннего формирования личности. Личность учителя (тренера) как фактор воспитания.

3		Воспитание потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями; формирование физической активности, здорового образа жизни; самовоспитание. Комплексное использование принципов, методов, форм и средств воспитания как системы – основное условие воспитательного эффекта.
4.	**СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА**	Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Особенности избирательного, комплексного и ситуационного использования средств. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника. Фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Классификация физических упражнений: по их биомеханическим особенностям, направленности на развитие двигательных качеств или обучения двигательным действиям, спортивной технике и др. Использование «искусственной управляющей среды» (тренажерных устройств, специального оборудования) для повышения эффективности физических упражнений. Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышение уровня физических качеств в единстве (совмещенно, сопряженно). Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный метод двигательной деятельности; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха.
5.	**ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА**	Формирование рациональных приемов познавательной деятельности как главная задача обучения. Формирование двигательных умений, навыков и специальных знаний — сущность обучения в физическом воспитании. Особенности решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач при обучении двигательным действиям, спортивной технике. Реализация принципов обучения в физическом воспитании. Принцип сознательности и активности: осмысление сущности двигательной активности и развития устойчивого интереса к ней; значение инициативности, самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания и спорта; учет возрастных особенностей и уровня физической подготовленности.

		Принцип наглядности: комплексный подход в использовании разнообразных форм наглядности; изменение удельного веса различных форм наглядности на различных этапах обучения; значение обратной связи. Принцип систематичности: непрерывность процесса физического воспитания, спортивной подготовки и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом. Принцип последовательности и его связь с проблемой доступности. Методические правила «от известного к неизвестному», «от легкого – к трудному». Связь закономерностей возрастного развития с принципом последовательности. Принцип постепенности: реализация принципа путем расширения объема и увеличения интенсивности нагрузок; постепенность повышения требований к специальным знаниям на основе межпредметных связей; определение меры доступного. Значение принципа прочности приобретаемых навыков, умений и специальных знаний. Принцип индивидуализации: учет возрастных и индивидуальных особенностей при обучении, индивидуализация как необходимое условие для развития одаренности личности. Понятия: метод, методический прием, методика. Классификация методов. Использование слова в обучении: использование смысловой и эмоциональной функций слова, значение терминологии как словесного обозначения новых представлений и понятий, требования, предъявляемые к современной терминологии. Виды наглядного восприятия и методика их применения. Применение методов строго регламентированного упражнения Для определения уровня развития быстроты.
6.	**ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)**	Выносливость: определение понятия, формы проявления (утомление и выносливость), виды выносливости. Методика развития выносливости, задачи, средства и методы. Факторы, определяющие степень воздействия упражнений. Определение понятия «физические качества», «двигательные способности, их характеристика. Сила: определение понятия, формы проявления. Методика развития силы: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития качеств силы. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силы. Быстрота: определение понятия, формы проявления быстроты. Методика развития быстроты: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития быстроты. Контрольные упражнения для развитии выносливости. Возрастные периоды развития выносливости. Гибкость (подвижность в суставах): определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития гибкости: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости. Ловкость (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития ловкости: задачи, средства и методы. Возрастные особенности проявления. Контрольные упражнения для определения уровня развития ловкости. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств и методов частично регламентированного упражнения

		формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития ловкости: задачи, средства и методы. Возрастные особенности проявления. Контрольные упражнения для определения уровня развития ловкости. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.
7.	**ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ**	Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач. Формы физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, в школе, в учреждениях дополнительного образования. Взаимосвязь формы и содержания занятий. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий. Урочные и неурочные формы. Урок – основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самодеятельные занятия, игры и состязания.
8.	**ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ**	Целевое планирование и контроль как функции управления. Процесс получения, передачи и переработки информации – сущность управления, обмен информацией между управляющей и управляемой системами как основа управления. Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах физического воспитания и спорта. Программы в системе планирования. Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля – предварительный, текущий, итоговый. Учет успеваемости.

9.	**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**	Возрастные особенности дошкольников: периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка; формирование опорно-двигательного аппарата. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы физического воспитания дошкольников (в яслях, в дошкольном образовательном учреждении, в семье). Значение и задачи физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Задачи, средства, особенности методики. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Задачи, содержание, особенности методики в зависимости от уровня физического развития и характера заболевания. Физическое воспитание во вспомогательных школах. Особенности задач, средств, методики в зависимости от состояния здоровья и дефектов развития. Адаптивная физическая культура. Физическое воспитание в школах-интернатах и детских домах. Специфика контингента. Особенности режима дня. Направленность и формы организации физического воспитания. Особенности физического воспитания в сельской школе. Формы организации физического воспитания в школе: урок физической культуры; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы занятий, общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.
10.	**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИt ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ**	Современные тенденции физического воспитания взрослого населения страны. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения: специальные, основные и спортивные. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. Оценка успеваемости. Формы физического воспитания во внеурочное время: занятия в спортивных секциях, внутривузовские соревнования, физкультурно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительная работа в студенческих общежитиях, оздоровительно-спортивных лагерях. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности, пожилом и старшем возрасте. Научно-технический прогресс и его влияние на жизнедеятельность человека (интенсификация темпа жизни, отрицательные эмоции, режим питания, гиподинамия, акселерация). Роль физической культуры в научной организации труда и отдыха (утомление и восстановление, средства физической культуры в режиме трудового дня). Самостоятельные занятия в свободное время для укрепления здоровья. Методические особенности отдельных направлений: физкультурно-гигиеническое и оздоровительно-рекреационное; обще подготовительное; спортивное и профессионально-прикладное направление. Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте, содержание и организационно-методические особенности занятий. Профессиональная физическая подготовка. Теоретические

		Методические особенности отдельных направлений: физкультурно-гигиеническое и оздоровительно-рекреационное; общеподготовительное; спортивное и профессионально-приклад-ное направление. Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте, содержание и организационно-методические особенности занятий. Профессиональная физическая подготовка. Теоретические аспекты. Профессиональная физическая подготовка как средство и метод прогнозирования и развития способностей к трудовой деятельности. Особенности методики.
11.	**ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА ПЕДАГОГА, СПЕЦИАЛИСТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**	Сущность профессионализма. Акмеология — наука о наивысшем уровне развития человека (акме – вершина) и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов по физической культуре и спорту (педагогов, преподавателей, тренеров); физкультурно-спортивное самосовершенствование личности. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Стандарты профессионального физкультурного образования (специальность, бакалавриат, магистратура, аспирантура, докторантура). Характеристика учебных планов и программ. Требования к минимуму содержания и уровню подготовки выпускника по специальности академический бакалавр 050100.62., 44. Сферы приложения труда педагогов, специалистов по физической культуре и спорту.
12.	**СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ**	Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Спорт, в структуре современного общества, Спортивные объединения в мировой социально-политической системе. Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта. Роль спорта в решении задач физического воспитания населения в широком возрастном диапазоне, учащихся и лиц, занятых трудовой деятельностью, находящихся на пенсии – в городе и на селе. Типы спорта, сложившиеся в мире. Спорт высших достижений. Установка на победу, рекорд, призовое место. Критерии эффективности – по итогам крупнейших соревнований. Наличие специального отбора лиц для занятий и участия в соревнованиях. Массовый спорт (спорт для всех). Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. Главная черта – доступность для всех желающих, отсутствие специального отбора. Детско-юношеский спорт. Два направления: первое — подготовка спортивных резервов, связь со спортом высших достижений; второе — использование средств и методов из спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, связь с массовым спортом. Критерии эффективности – массовость охвата
13		занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным

		Связь со спортом высших достижений; второе — использование средств и методов из спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, связь с массовым спортом. Критерии эффективности – массовость охвата занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным спортсменам. Профессиональный спорт. В его основе лежит стремление спортсменов победить и получить вознаграждение. Источники существования – самоокупаемость, прибыль, реклама и пр. Характеристика спортсменов-профессионалов и профессиональных клубов. Виды спорта. Отличительный их признак – предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры и т.п.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране.
13.	**СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ**	Требования к спортсмену в современном спорте и необходимость совершенствования подготовки спортсменов на основе системного подхода. Понятие «спортивная подготовка». Многолетний характер подготовки спортсменов от начала специализированных занятий спортом в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Этапы многолетней спортивной подготовки. Структура системы подготовки спортсменов: подсистема целей и модельных показателей на весь многолетний период; подсистема обеспечения (отбор спортсменов, тренерские и др. кадры, материально-техническая оснащенность, формы организации, управление); подсистема реализации целей и достижения модельных уровней (тренировка, соревнования, профилактическо-восстановительные мероприятия, формирование личности спортсмена).
14.	**СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР**	Понятие «спортивная ориентация». Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Связь ориентации с детско-юношеским и массовым спортом. Понятие «спортивный отбор». Выбор лиц, обладающих высоким уровнем способностей к определенному виду спорта. Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов. Связь со спортом высших достижений, массовым и детско-юношеским спортом. Уровни отбора: первый – для занятий конкретным видом спорта; второй – для определения вида специализации в избранном виде спорта; третий – для зачисления молодых спортсменов в коллективы квалифицированных спортсменов в сфере спорта высших достижений; четвертый – для включения спортсменов в состав сборных команд (страны, региона и др.) и для участия в соревнованиях. Организация отбора на всех уровнях. Методика отбора на всех уровнях.

15.	**СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА**	Тренировка как составная часть подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Факторы, определяющие эффективность тренировки: качество программирования многолетнего процесса тренировки по всем его компонентам; соответствие применяемых средств и методов возрасту и подготовленности спортсменов; точность параметров тренировочных и соревновательных нагрузок в больших, средних, малых циклах и тренировочных занятиях; информационное обеспечение посредством комплексного контроля. Принципы тренировки. Основные стороны (составные части) тренировки. Тренировочные нагрузки. Соревновательные нагрузки. Характер отдыха, сочетание с нагрузками.
16.	**ПРОГРАММИРОВАНИЕ (ПЛАНИРОВАНИЕ) И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ**	Роль управления и его основных функций – планирования и контроля в достижении цели системы подготовки спортсменов. Комплексный и перспективный аспекты планирования. Содержание планирования (программирования): определение целей и задач подготовки; прогнозирование и моделирование; учет специфики вида спорта, структуры соревновательной деятельности; программирование тренировочной деятельности; продолжительность подготовки для достижения наивысших результатов; оптимальный возраст для достижения наивысших результатов (зоны); оптимальный возраст для начала специализированных занятий видом спорта. Комплекс показателей, на основе которых разрабатываются планы. Перспективные, годичные планы и в пределах годичного цикла (средние и малые циклы, тренировочные занятия). Комплексный контроль как служба периодического или непрерывного сравнения фактически полученных результатов с намеченными планами и последующей корректировкой процесса подготовки спортсменов и самих планов. Основные виды контроля – этапный, текущий и оперативный. Основные формы контроля – педагогический контроль, медико-биологический и психологический контроль. Методы контроля.
17.	**Общая характеристика оздоровительной физической культуры**	Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания. Суть данного принципа заключается в том, что физическая культура должна содействовать укреплению здоровья, Оздоровительный эффект физических упражнений. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Оздоровительно-рекреационная физическая культура. Спортивно-реабилитационная физическая культура. Гигиеническая физическая культура.

18.	**Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры**	Основы построения оздоровительной тренировки. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности. Оздоровительная ходьба. Оздоровительный бег. Плавание. Ходьба на лыжах. Езда на велосипеде. Прыжки со скакалкой. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем. Аэробика. Ритмическая гимнастика. Шейпинг. Калланетика. Аква аэробика. Дыхательная гимнастика. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой. Лестничная проба. Проба с приседаниями. Проба с подскоками. Ортостатическая проба. Клиностатическая проба. Проба Штанге.

Организация самостоятельной работы студентов по дисциплине

Таблица 4.

№ п/п	**Тематика самостоятельных работ**	**Трудоемкость (час/з.е)**	
1	Понятийный аппарат теории и методики физической культуры и спорта.	Очно	Заочно
		2/0,05 з.е.	10/0,28 з.е.
2	Характеристика нагрузки и способы ее регламентации	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
3	Классификация методов обучения	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
4	Структура обучения двигательным действиям, ее физиологическое обоснование	4/0,10 з.е.	4/0,10 з.е.
5	Особенности методики занятий с дошкольниками	3/0.75 з.е.	3/0.75 з.е.
6	Внеклассная работа по физическому воспитанию	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
7	Методика проведения уроков в 1-4 классах	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
8	Методический анализ школьного урока	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
9	Воспитательная работа на уроках физической культуры	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
10	Спортивные соревнования и праздники в школе	2/0,05 з.е.	4/0,10 з.е.
11.	Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте	2/0,05 з.е.	10/0,28 з.е.
12	Типы спорта, их краткая характристика	4/0,10 з.е.	4/0,10 з.е.
13	Этапы многолетней подготовки спортсмена	4/0,10 з.е.	2/0,05 з.е.
14.	Принципы спортивной тренировки	2/0,05 з.е.	2/0,05 з.е.

7. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины

7.1. Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины:

• Технология развития критического мышления и проблемного обучения (реализуется при решении учебных задач проблемного характера).

• Технология интерактивного обучения (реализуется в форме учебных заданий, предполагающих взаимодействие обучающихся, использование активных форм обратной связи).

• Технология электронного обучения (реализуется при помощи электронной образовательной среды ЧГПУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.).

7.2. Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья предполагается использование при организации образовательной деятельности адаптивных образовательных технологий в соответствии с условиями, изложенными в ОПОП (раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»), в частности:

-предоставление специальных учебных пособий и дидактических материалов;

-специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования;

- предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, и т. п. в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся.

При наличии среди обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья в раздел «Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины» рабочей программы вносятся необходимые уточнения в соответствии с «Положением об организации образовательного процесса, психолого-педагогического сопровождения, социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в ЧГПУ».

7.3. Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.
- Составление и редактирование текстов при помощи текстовых редакторов.
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат».

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе в Университете установлена следующая шкала перевода рейтинговых баллов в 5 – балльную систему оценивания:

55–70 баллов – «удовлетворительно»;
71–85 баллов – «хорошо»;
86–100 баллов – «отлично».

В течении семестра проводятся две промежуточные аттестации на 8-й и 16-й неделе, а также итоговая аттестация в экзаменационную сессию:

-за 1 –ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;
-за 2-–ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;
-за итоговую аттестацию (зачет/экзамен)- 30 баллов;
-премиальные баллы-10 баллов.

8.1. Перечень заданий к 1-й и 2-й промежуточной аттестации по «Теория и методика физической культуры и спорта»

Вопросы к 1-ой аттестации

1. Особенности методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов.
2. Характеристика принципов, регламентирующих физическое воспитание и закономерности, лежащие в их основе.
3. Характеристика этапов двигательным действиям.
4. Основы методики воспитания двигательно-координационных способностей и их компонентов.
5. Основы методики воспитания собственно силовых, скоростно-силовых и скоростных способностей.
6. Основы методики воспитания комплексной, общей - аэробной и специальной (специфической) выносливости.
7. Основы воспитания гибкости.
8. Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания.
9. Основы методики воспитания волевых качеств в процессе физического воспитания.
10. Формы построения отдельных занятий в процессе физического воспитания, их общие и отличительные черты?
11. Характеристика структуры занятия физическими упражнениями урочного типа, последовательность и соотношение его различных частей.
12. Способы организации деятельности занимающихся на уроках физической культуры.
13. «Принципа» перманентного планирования и контроля процесса физического воспитания. Виды планирования и контроля используются при организации процесса физического воспитания.
14. Основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста.
15. Особенности физического воспитания учащихся младшего школьного возраста.
16. Особенности физического воспитания учащихся среднего школьного возраста.
17. Особенности физического воспитания учащихся старшего школьного возраста.
18. Основные особенности курса физического воспитания в средних специальных учебных заведениях.
19. Особенности содержания курса физического воспитания в вузах.
20. Особенности курса физического воспитания детей и молодежи, вовлеченных в спорт высших достижений.
21. Основные особенности физкультурно-кондиционной тренировки людей зрелого возраста.

22. Основные особенности содержания и методики производственной физической культуры.
23. Сущность спорта, тенденции характерны для его современного развития в мире.
24. Характеристика специфических и общекультурных функций спорта в современном обществе.
25. Характеристика системы спортивных соревнований.

Вопросы ко 2-ой аттестации

1. Какое значение имеют так называемые «чувствительные» («сенситивные») периоды возрастного физического развития подрастающего поколения?
2. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста?
3. Почему урочная форма занятий физическими упражнениями считается особенно важной в школьной физической культуре?
4. Какие основные особенности свойственны курсу физического воспитания учащихся младшего школьного возраста?
5. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей подросткового возраста?
6. Какие основные особенности характеризуют физическую деятельность учащихся старшего школьного возраста?
7. В чем состоят основные обязанности учителя физической культуры по оптимизации состояния здоровья учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе?
8. Каковы основные задачи специалиста физической культуры по рационализации семейного физического воспитания?
9. В чем заключаются основные особенности курса физического воспитания в средних специальных учебных заведениях?
10. Как построен курс физического воспитания в вузах? Каковы особенности его содержания?
11. В чем состоят особенности обязательного курса физического воспитания детей и молодежи, вовлеченных в спорт высших достижений?
12. Каковы современные представления о нормах физкультурно-оптимизированной двигательной активности в повседневном режиме жизни людей зрелого возраста?
13. В чем состоят основные особенности физкультурно-кондиционной тренировки людей зрелого возраста?
14. В каком направлении следует регламентировать спортивную деятельность спортсменов-ветеранов?
15. Каковы основные особенности содержания и методики производственной физической культуры?
16. В чем состоят основные методические правила использования физических упражнений в условиях повседневного домашнего быта («зарядки» и других «малых форм» физической культуры)?
17. Как следует регламентировать общую динамику нагрузок по мере старения организма (возрастных инволюционных изменений его физического состояния).

Вопросы к экзамену:

1.Теория и методика физического воспитания и спорта в системе физкультурного профессионального образования.
2. Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта.
3. Цель, задачи, основы и принципы системы физического воспитания.
4. Двигательное умение: определение понятия, характерные признаки.
5. Двигательный навык: определение понятия, характерные признаки.

6. Двигательное умение высшего порядка: определение понятия, характерные признаки.

7. Реализация принципов обучения в физическом воспитании.

8. Характеристика методов обучения в физическом воспитании.

9. Структура обучения двигательному действию.

10. Характеристика средств физического воспитания.

11. Техника двигательного действия (виды, фазы, биомеханические характеристики, критерии оценки).

12. Классификация физических упражнений (по направленности на развитие физических качеств, по биомеханическим и физиологическим признакам и др.).

13. Характеристика форм физического воспитания.

14. Методы исследования в физическом воспитании (анализ литературных источников, педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение, тестирование).

15. Функции современного спорта.

16. Типы спорта, сложившиеся в мире.

17. Виды спорта, отличительные признаки.

18. Многолетний характер подготовки спортсменов (этапы).

19. Структура системы подготовки спортсменов.

20. Спортивная ориентация и отбор (характеристика понятия, уровни отбора).

21. Тренировка как составная часть подготовки спортсменов.

22. Общая характеристика закономерностей (общих принципов) спортивной тренировки.

23. Годичное (текущее) планирование тренировочного процесса.

24. Комплексный контроль в процессе тренировки.

25. Система непрерывного профессионально-физкультур-ного образования.

26. Формирование личности при занятиях физическими упражнениями (принципы, методы).

27. Сила как физическое качество (определение понятия, методика развития, тесты).

28. Быстрота как физическое качество (определение понятия, методика развития, тесты).

29. Выносливость как физическое качество (определение понятия, методика развития, тесты).

30. Гибкость как физическое качество (определение понятия, методика развития, тесты).

31. Ловкость (координационные способности) как физическое качество (определение понятия, методика развития, тесты).

32. Физическое воспитание детей дошкольного возраста (задачи, средства, методы, формы).

33. Классификация уроков физической культуры.

34. Урок физической культуры – основная форма учебной работы (требования к уроку, его структура, постановка задач, подготовка учителя к уроку, организация урока, активизация деятельности учащихся).

35. Способы дозирования нагрузки на уроках физической культуры.

36. Формы организации физического воспитания в школе.

37. Формы организации физического воспитания во внешкольных учреждениях.

38. Формы физического воспитания в семье.

39. Характеристика программ физического воспитания учащихся 1 – 11 классов общеобразовательной школы.

40. Формирование навыка в самостоятельных занятиях физическими упражнениями. Домашнее задание по физическому воспитанию.

41. Внеклассная работа по физическому воспитанию (задачи, средства, методы, формы).

42. Планирование учебной работы по физической культуре в школе. Документы планирования.

43. Оценка успеваемости на уроках физической культуры.

44. Методика анализа урока физической культуры (собственно описательный анализ, хронометраж, пульсограмма).

45. Методика уроков физической культуры в 1–4 классах.

46. Методика уроков физической культуры в 5–8 классах.

47. Методика уроков физической культуры в 9–11 классах.

48. Физическое воспитание взрослого населения (задачи, средства, методы, формы).

49. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем (задачи, сродства, методы, формы).

50. Формирование специальных знаний в процессе обучения в физическом воспитании.

51. Физическое воспитание во вспомогательных школах, школах-интернатах, детских домах (задачи, средства, методы, формы).

52. Представить пример конспекта урока физической культуры (содержание учебного материала и класс по выбору студента).

53. Представить пример секционного занятия (вид спорта по выбору).

54. Представить протокол хронометража урока физической культуры (содержание учебного материала и класс по выбору студентов).

55. Представить пример пульсограммы урока физической культуры (содержание учебного материала и класс по выбору студентов).

56. Реализация содержания школьной программы физического воспитания в зависимости от региональных особенностей страны.

57. Представить пример годового учебного плана по физической культуре в школе.

58. Представить пример общешкольного плана физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

59. Представить пример плана работы по физической культуре на четверть (на материале одной из четвертей).

60. Особенности реализации принципов спортивной тренировки в условиях общеобразовательной школы.

61. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности взрослого населения.

62. Подготовительные и подводящие упражнения применительно к основному упражнению (упражнения по выбору).

63. Использование физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств (двигательных) школьников.

64. Представить схему научного исследования.

65. Представить пример процесса обучения конкретному двигательному действию (по выбору студента).

66. Использование методов обучения на различных этапах обучения двигательному действию.

67. Реализация принципов физического воспитания на уроках физической культуры.

68. Реализация задач физического воспитания на уроках физической культуры.

69. Составить комплекс физических упражнений для детей дошкольного возраста.

70. Характеристика нормативных основ физического воспитания различных возрастных групп населения.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Литература:

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. и средних учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. –

3-е изд., стер. – М.: Изд. Центр «Академия», 2004. – 480 с.
2. Аслаханов, С.-А.М. Организация и технология этнологического физического воспитания молодого поколения Чеченской Республики. Монография. – М.: Издательство «Перо», 2016. – 490 с.
3. Элипханов, С.Б. Научно-теоретические основы профилактики травматизма юных борцов вольного стиля с использованием средств физической подготовки: учеб. пособие для тренеров спортивных школ. /С.Б. Элипханов, А.А. Батукаев, А.А. Клименко. – Майкоп: изд-во ИП Магарин О. Г., 2017. – 76 с.
4. Элипханов, С.Б. Методики специальной физической подготовки по профилактики травматизма борцов вольного стиля: учеб. пособие для тренеров спортивных школ. / С.Б. Элипханов, А.А. Батукаев. – Грозный: изд. – во ЧГПУ, 2017. – 140 с.
5. Элипханов, С.Б. Учебно – методический комплекс по физической культуре для среднего профессионального образования (дошкольное образование, преподавание в начальных классах). / С.Б. Элипханов, А.А. Батукаев, А.Х. Мамадиев. – Грозный: изд. – во ЧГПУ, 2017. – 96 с.
6. Виноградов, Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки [Электронный ресурс]: учебник / Г.П. Виноградов, И.Г. Виноградов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2017. — 408 с. — 978-5-906839-30-5. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/63649.html
7. Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния. Обучающие методика и технология [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б.Х. Ланда. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2017. — 128 с. — 978-5-906839-87-9. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/74293.html
8. Кузьменко, Г.А. Технология интеллектуального развития подростков в системе спортивной подготовки. Содержательный аспект [Электронный ресурс]: учебное пособие / Г.А. Кузьменко. — Электрон. текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2017. — 276 с. — 978-5-4263-0427-7. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/72521.html
9. Евсеева, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник / О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев; под ред. С.П. Евсеев. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — 978-5-906839-18-3. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/55569.html
10. Зайцев, В. К. Технологии тренировки функциональных систем организма хоккеиста. Теория и практика профессионального спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В. К. Зайцев. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2015. — 222 с. — 5-8291-0680-9. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/36876.html
11. Байкулбаев, Б.С. Особенности развития выносливости и рекомендации по проведению круговой тренировки в боксе [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б.С. Байкулбаев. — Электрон. текстовые данные. — Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2014. — 80 с. — 978-601-04-0437-3. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/58724.html
12. Есаулова, С.П. Информационные технологии туристической индустрии [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.П. Есаулова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2010. — 152 с. — 978-5-394-01092-7. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/940.html
13. Цветкова, А.В. Информатика и информационные технологии [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.В. Цветкова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Научная

книга, 2012. — 182 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/6276.html

14. Степанова, О.Н. Методы сбора и обработки маркетинговой информации в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / О.Н. Степанова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Прометей, 2011. — 240 с. — 978-5-4263-0051-4. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/9290.html

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. - Режим доступа: http://elibrarv.ru/defaultx.asp, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. - Режим доступа: https://cvberleninka.ru/? свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс]
4. Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа:
5. http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm, свободный (дата обращения: 15.04.2018.
6. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: http://prezentacva.ru. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс]: образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: https://infourok.ru/bibIioteka. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
8. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]: федеральный портал. - Режим доступа: http://window.edu.ru, свободный (дата
9. обращения: 15.04.2018).
10. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс]: [образовательный портал]. - Режим доступа: http://www.school.edu.ru. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
11. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс]: электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
12. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: http://fcior.edu.ru. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).
13. Журнал «Теория и практика физической культуры» – http://www.teoriya.ru (28.08.2018)

10. Средства обеспечения освоения дисциплины

Программы, учебники;
Учебно-методические пособии;
Пособии для самостоятельной работы;
Сборники упражнений;
Наглядные пособия.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для обеспечения данной дисциплины необходимо:
Технические средства обучения,
Лаборатория,
Доступ к различным источникам информации,
Доступ к библиотечным фондам, Мультимедийные, аудио и видео материалы.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры кафедра теории и методики
преподавания физической культуры. Протокол №__ от «___» _____ 2018г.

Зав. кафедрой _____ /ФИО. /

Утверждена на заседании совета
факультета физической культуры и спорта «____» _____2018г.

Декан физической культуры и спорта _____/С.Б. Элипханов/