

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**КАФЕДРА Теоретических основ физического воспитания**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

*Направление подготовки:*  
**44.03.05 Педагогическое образование**  
*Направленность (профиль) образовательной программы*  
**Физическая культура и безопасность жизнедеятельности**

*Квалификация (степень):*  
**бакалавр**

**очная форма обучения**

*Красноярск 2018*

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» составлена, к.п.н., доцентом Ситничуком С.С.. Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

протокол № 10 "15" Июня 2018 г.

Заведующий кафедрой ТОФВ

Сидоров Л.К.

Одобрено Научно-методическим советом  
"22" Июня 2018 г.

Председатель научно-методического совета

М.И. Бордуков

## **Пояснительная записка.**

### **1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.**

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» для подготовки обучающихся по направлению 44.03.05 Педагогическое образование в рамках основной образовательной программы бакалавриата разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (уровень бакалавриата), утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4.12.2015 г. № 1426 (зарегистрировано в Минюсте России 16.01.2016 г. № 40536), профессиональным стандартом «Педагог», утверждённого приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 544н (зарегистрировано в Минюсте России 6.12.2013 № 30550).

Дисциплина относится к базовой части учебного плана, к дисциплинам профессионального цикла и изучается в 3 и 4 семестре. Форма обучения: заочная. Изучению данной дисциплины предшествуют «Философия», «Основы учебной деятельности», «Педагогика», «Физиология», «Валеология», «Возрастная анатомия». Освоение содержания дисциплины «Теория и методика физического воспитания» необходимо для успешной организации профессиональной деятельности в педагогическом и тренировочном процессе в современных образовательных организациях.

**2. Общая трудоемкость** дисциплины составляет 2 зач. ед. (72 часа) очная форма обучения: лекций-25 часов, практические занятия -198 часов, КСР — 4, лабораторные занятия – 168 часов, форма контроля - Зачет).

### **3. Цели и задачи освоения дисциплины.**

**Целью изучения дисциплины** является дать студентам глубокие и всесторонние теоретические знания в области спорта, научить реализовывать их на практике, на высоком профессиональном уровне использовать новейшие

данные спортивной физиологии, психологии, педагогики. Овладение курсом «Теория и методика физической культуры и спорта» позволит как студентам, так специалистам спорта четко видеть и представлять сущность физического воспитания его основные характеристики.

Учитывая современное состояние физического воспитания, как все более обособляющейся части физической культуры и имеющей тенденцию к построению единой и замкнутой системы, курс «теории и методики физической культуры и спорта» ведет к осмыслению студентами понятия «физическое воспитание» и его составляющих как системы.

Теория и методика физической культуры и спорта является профилирующей учебной дисциплиной, формирующей систему фундаментальных знаний, которая определяет профессиональную деятельность в области физической культуры и спорта.

**Задачами освоения дисциплины являются:** обеспечить студентам необходимый уровень теоретических и методических знаний о рациональных методах и приемах профессиональной деятельности, раскрыть в структуре и содержании этой деятельности условия успешной реализации образовательных, воспитательных и оздоровительных задач теории и методики физической культуры и спорта.

Задачи изучения дисциплины направлены на формирование системы основных теоретических положений исследовательских процессов и общекультурных, общепрофессиональных, профессиональных компетенции:

- способность использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования мировоззрения (ОК-1);
- способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве (ОК-3);
- способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);
- способность проектировать образовательные программы (ПК-8);
- готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в

области образования (ПК-11).

#### 4. Планируемые результаты обучения.

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
Сформировать комплексное представление об актуальных проблемах теории и методики физического воспитания и спорта.	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- интеграционные процессы физического воспитания и спорта, междисциплинарные связи в учебном процессе;</li><li>- закономерности формирования двигательных умений, двигательных навыков, физических качеств;</li><li>- подходы к решению педагогических задач;</li><li>- концептуальные основы образовательной политики РФ</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- применять методы принципы развития физических качеств.</li></ul> <b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- навыками рационального применения учебного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий.</li></ul>	ОК-1, ПК-11

<p>2. Сформировать теоретические и методологические ориентиры в теории физического воспитания</p>	<p><b>Знать:</b> - сущность основных теоретических подходов к организации процесса физического воспитания. <b>Уметь:</b> выделять и анализировать базовые проблемы педагогической и тренировочной деятельности. <b>Владеть:</b> - навыками педагогической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - приемами оценки, собственной педагогической деятельности.</p>	<p>ОК-3,ПК-2</p>
<p>3. Освоить технологии и методики осуществления педагогической деятельности в современных условиях.</p>	<p><b>Знать:</b> -о закономерностях формирования двигательных умений, двигательных навыков. <b>Уметь:</b> - организовывать и проводить методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки; - применять навыки педагогической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - рационально применять учебное и лабораторное оборудование, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий; <b>Владеть:</b> - методиками и технологиями педагогической деятельности по</p>	<p>ОК-1,ПК-11,ОК-3,ПК-2,ПК-8</p>

	решению актуальных педагогических.	
--	---------------------------------------	--

### 5. Контроль результатов освоения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости по освоению дисциплины предполагает регулярное посещение лекционных и практических занятий, подготовку и выступления на занятиях и выполнение заданий практических самостоятельных работ. Итоговый контроль по дисциплине осуществляется в форме зачета, на котором оценивается активность и продуктивность работы в течение семестра, полнота и обоснованность ответа на теоретические вопросы из перечня теоретических вопросов к зачету. Оценочные средства результатов освоения дисциплины и критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

### 6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины.

- современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система);
- гуманно-личностная технология;
- интерактивные технологии.

### Организационно-методические документы Технологическая карта обучения дисциплины

	ТЕМА	Всего	Аудиторных				Самостоятельная работа
			всего аудиторных	лекций	семинаров	ЛПЗ	
1	2	3	4	5	6	7	8
	Тема № 1 <u>Теория и методика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты её становления</u>	2	2	10	2	2	10



	<p>Тема № 2</p> <p><u>Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта.</u></p>	2	2	10	2	2	10
	<p>Тема № 3</p> <p><u>Введение в теорию и методику физической культуры и спорта</u></p>	2	2	10	2	2	10
	<p>Тема № 4</p> <p><u>Средства физического воспитания.</u></p>	2	2	10	2	2	10
	<p>Тема № 5</p> <p><u>Принципы обучения</u></p>	2	2	10	2	2	10
	<p>Тема № 6</p> <p><u>Методы обучения.</u></p>		2	10		2	10
	<p>Тема № 7</p> <p><u>Структура обучения</u></p>		2	10		2	10

	Тема № 8 <u>Формы и методы организации занятий.</u>		2	10		2	10
	Тема № 9 <u>Двигательные способности.</u>		2	10		2	10
	Тема № 10 <u>Методические основы формирования физической культуры личности.</u>		2	8		2	8

### **Содержание основных разделов и тем дисциплины**

#### Теория и методика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты её становления

Каждая область знаний как конкретная научная и учебная дисциплина обладает своим, только ей присущим предметом изучения, то есть объектом и субъектом исследования.

В науке о физическом воспитании под **объектом** исследования понимается тот или иной изучаемый педагогический фактор (система физических упражнений, метод обучения и т. д.), а под **субъектом**— человек, его реакция на выполнение физических упражнений. Таким образом в педагогическом исследовании объект изучения не может существовать изолированно от субъекта, и наоборот.

#### Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта.

Основными понятиями теории и методики физического воспитания являются: «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт».

#### Введение в теорию и методику физической культуры и спорта.

Система физического воспитания как общественное явление имеет свои закономерности становления и развития, особенности построения и функционирования. Знания эти необходимы для правильного осуществления

физического воспитания подрастающего поколения в соответствии с принципами общественного воспитания.

#### Средства физического воспитания.

Знание полного объема средств физического воспитания и их характеристик позволяет учителю в соответствии с поставленными педагогическими задачами комплексно использовать все виды средств, отбирать наиболее эффективные физические упражнения, разрабатывать новые системы физических упражнений и полноценно использовать имеющиеся педагогические классификации.

#### Принципы обучения.

Процесс обучения многогранен, в нем должны быть учтены как физиологические, так и психические закономерности деятельности человека. В педагогике эти закономерности нашли отражение в основных положениях, или дидактических принципах обучения. К процессу физического воспитания применимы все общепедагогические принципы однако, отражая специфику физического воспитания, они получают особое содержание и реализуются особыми средствами и способами.

Особенностям обучения двигательным действиям в наибольшей степени отвечают следующие принципы: 1) сознательности и активности; 2) наглядности; 3) систематичности; 4) постепенности; 5) последовательности (с правилами «от освоенного — к неосвоенному», «от легкого — к трудному»); 6) индивидуализации.

#### Методы обучения.

Специальные знания и двигательные действия как предметы преподавания в физическом воспитании требуют от учителя владения определенными способами обучения. Способов обучения много, и ни один из них не является универсальным. Знание характеристик методов обучения позволит правильно ориентироваться в многообразии этих способов и отбирать наиболее эффективные для решения учебных задач.

#### Структура обучения.

Обучение любому двигательному действию происходит на протяжении определенного периода времени. Каждый этап обучения характеризуется своими, частными задачами и некоторыми ведущими признаками. Только при учете преемственности этих задач учитель в состоянии правильно строить методику обучения, в том числе грамотно реализовать принципы обучения, подбирать целесообразные подводящие и подготовительные упражнения, методы и приемы обучения

#### Формы и методы организации занятий.

Знание основ организации занятий физическими упражнениями необходимо в работе с любым контингентом населения. Правильная организация занятий способствует повышению эффективности всего процесса физического воспитания и обеспечивает возможность действовать самостоятельно, творчески, избегать грубых ошибок и формализма в работе.

Разнообразный по содержанию длительный процесс физического воспитания складывается из многочисленных, проводимых в определенной системе занятий физическими упражнениями. Каждое занятие является относительно самостоятельным и связано с подобными же предшествующими и последующими звеньями. В зависимости от частных задач, конкретного содержания, средств и методов учебно-воспитательной работы применяются ее разнообразные организационные формы.

#### Двигательные способности.

Освоение двигательного действия связано не только с формированием навыка, но и с развитием тех качественных особенностей, которые позволяют выполнять физическое упражнение с необходимой силой, быстротой, выносливостью, ловкостью и подвижностью, а суставах. Знание соответствующих закономерностей позволит учителю найти правильное соотношение в работе над техникой физического упражнения и количественным результатом, определить возрастные границы для наиболее эффективного развития каждой качественной особенности, установить оптимальную меру комплексности в развитии качественных особенностей.

#### Методические основы формирования физической культуры личности.

Эксперимент как метод исследования. Виды эксперимента: по целям исследования; условиям проведения; по направленности; по способу комплектования групп испытуемых и др. Задачи, организация и проведение эксперимента. Экспериментальная база, подготовка документации, обеспечение безопасности проведения эксперимента. Учет факторов, влияющих на ход и качество эксперимента.

Виды эксперимента: по целям исследования; условиям проведения; по направленности.

#### **Вопросы для обсуждения и задания для самостоятельной работы.**

##### *Тема 1:*

1. Теория и методика физического воспитания и спорта как профилирующая дисциплина в формировании специалиста в области физической культуры.
2. Роль физической культуры как элемента культуры общества и человека.
3. Возникновение физического воспитания и его роль в формировании

всесторонне развитой личности.

*Тема 2:*

4. Цель и задачи системы физического воспитания в обществе.
5. Основные принципы системы физического воспитания.
6. Организационные основы системы физического воспитания.
7. Содержание и сущность физических упражнений как основных специфических средств физического воспитания.

*Тема 3:*

8. Техника физических упражнений и биодинамическая характеристика их структуры.
9. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений на организм человека и учет их в процессе физического воспитания.
10. Сущность и значение классификации физических упражнений для практики физического воспитания.

*Тема 4:*

11. Педагогическое и психофизиологическое обоснование формирования двигательных умений, навыков и умений высшего порядка.
12. Учет значения физиологических фаз, компонентов, перенос и разрушение навыков в процессе обучения двигательным действиям.
13. Сущность применения дидактических принципов научности, сознательности и активности в процессе физического воспитания.

*Тема 5:*

14. Сущность применения дидактических принципов наглядности, доступности и последовательности в процессе физического воспитания.
15. Сущность применения дидактических принципов индивидуализации, систематичности и постепенности в процессе физического воспитания.
16. Характеристика нагрузки, интервалов отдыха и их учет в процессе обучения и совершенствования двигательных действий.

*Тема 6:*

17. Методы использования слова в процессе физического воспитания.
18. Методы использования наглядности (демонстрация) воспитания в процессе физического воспитания.
19. Применение практических (строго регламентированного упражнения) методов (аналитического и интегрального) в процессе физического воспитания.

*Тема 7:*

20. Применение игрового и соревновательного методов в процессе физического воспитания.
21. Характеристика содержания силовых способностей и их развитие в процессе физического воспитания.
22. Характеристика способности быстроты и ее развитие в процессе физического воспитания.
23. Характеристика содержания координационных способностей и их развитие в процессе физического воспитания.

*Тема 8:*

24. Характеристика выносливости и ее развитие в процессе физического воспитания.
25. Характеристика гибкости и ее развитие в процессе физического воспитания.

*Тема 9:*

26. Структура процесса обучения двигательным действиям на первом-втором этапах и их учет в процессе физического воспитания.
27. Структура процесса обучения двигательным действиям на третьем-четвертом этапах и их учет в процессе физического воспитания.
28. Урок - основная форма занятий физическими упражнениями.

*Тема 10:*

29. Урок - основная форма занятий физическими упражнениями.
30. Организационное обеспечение урока и методические формы организации учебной деятельности занимающихся в процессе физического воспитания.
31. Сущность основных требований, предъявляемых к методике урока, к деятельности и подготовке педагога в успешном его проведении.

## **Методические рекомендации по освоению дисциплины.**

### **1. Методические рекомендации для преподавателей**

Содержание учебной программы дисциплины «Теория и методика физического воспитания и спорта» реализуется посредством лекционных, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов. Рекомендуемые **виды лекций**: традиционная, лекция-беседа, проблемная лекция, лекция с разбором конкретных ситуаций, лекция-пресс-конференция.

Рекомендуемые **виды семинаров**: вопросно-ответный семинар, развернутая беседа, семинар с использованием докладов, семинар с использованием рефератов, теоретическая конференция, комментированное чтение первоисточников, семинар по методу малых групп, игровые технологии. Рекомендуемые методы обучения: кейс-метод (анализ конкретных-ситуаций), дискуссия, имитационные упражнения, мозговой штурм, деловая игра, метод проекций, консультация.

Рекомендуемые виды самостоятельных работ: конспектирование, реферирование, анализ учебных ситуаций, составление кроссвордов, разработка тестовых заданий, планов дискуссий, формулирование вопросов к обсуждению.

Рекомендуемые методы текущего контроля знаний обучающихся: беседа, фронтальный опрос (устный, письменный), тематическое экспресс-тестирование, контрольная работа, итоговое тестирование, собеседование (зачет).

### **Методические указания для студентов.**

Для понимания лекции полезно прочитать накануне лекции те страницы учебника, на которых излагается материал предстоящей лекции. При такой предварительной подготовке студент глубже и многограннее воспринимает лекцию, более творчески работает на лекции, у него возникают по ее ходу интересные вопросы к лектору, собственные мысли и оригинальные идеи.

Слушать лекцию – это значит: *осмысливать сказанное лектором, конспектировать лекцию и задавать лектору вопросы.*

Рассмотрим эти три аспекта работы студентов на лекции.

К сожалению, есть категория студентов, которые не придают должного значения первому требованию – необходимости осмыслить, понять на самой лекции излагаемый материал. Такие студенты ошибочно считают своей главной и единственной задачей подробнейшую запись лекции. И если такие студенты не понимают чего-то на лекции, то они уповают на домашнюю проработку записанного материала. Такой подход неправилен вдвойне. Во-первых, домашнее изучение непонятого лекционного материала не может быть столь же успешным, как проработка осмысленного материала. Во-вторых, такие студенты превращают лекцию из творческого процесса в тупую механическую работу, надеясь при этом получить под видом конспекта подробный справочник для предстоящей сдачи экзаменов. Тем самым эти студенты выступают на лекции в роли пассивных слушателей, самоустраиваются от активного и, следовательно, более продуктивного усвоения знаний. Подробная запись лекций, о которой говорилось выше, отнюдь не может заменить конспекта при подготовке к экзаменам.

*Конспект лекций* должен вестись по каждому предмету в отдельной тетради. Тетрадь должна быть рассчитана на конспектирование семестрового курса лекций. На конспекте следует указать не только название предмета, но и, для собственного удобства, свою фамилию вместе с номером академической группы.

Первый лист в конспекте следует оставить свободным для списка литературы, который должен пополняться по мере изучения предмета. Каждую книгу, использованную при изучении лекционного материала, следует заносить в этот список и снабжать ее порядковым номером. В конспекте необходимо оставлять вертикальные поля на каждой странице. Поля понадобятся для внесения дополнений, уточнений и разъяснений при самостоятельной проработке лекционного материала. Если указанные дополнения на полях делаются по какой-либо книге, то при этом следует указывать в скобках ее порядковый номер по списку и номера соответствующих страниц. Такого рода указания, в частности, полезно делать в конспекте против каждой формулы. Это облегчает пользование конспектом при подготовке к экзамену и экономит время студента.



Все записи в конспекте должны следовать в хронологическом порядке. Пропущенная по какой либо причине лекция должна быть своевременно законспектирована по учебнику с привлечением по возможности, и конспекта товарища. Если же пропущенная лекция осталась не законспектированной к очередной лекции, в конспекте следует оставить место для восполнения пробела в хронологическом порядке. Такой порядок поможет при подготовке к экзамену.

Техника конспектирования. При конспектировании рекомендуется пользоваться чернилами разных цветов. Это позволяет броско и ярко выделять основные мысли. В частности, следует выделять темы всех разделов, тем и отдельных самостоятельных вопросов лекционного курса. Обычно такие заголовки акцентируются лектором, что облегчает систематизацию материала. При конспектировании следует пользоваться системой порядковой нумерации. Нумеровать рекомендуется лекции, а также все формулы и рисунки в пределах отдельной лекции. Тогда по ходу лекции любая ссылка в конспекте на формулу или рисунок делается простым обозначением (например, л.5, ф.2).

Содержание конспекта. В соответствии с самим определением (конспект – краткое изложение чего-либо) при конспектировании лекций ни в коем случае не следует стремиться к дословной записи слов лектора. Такое дословное конспектирование является неправильным не только по формальным соображениям. Дословная запись лекции является бесполезной, потому что не облегчает самостоятельную проработку материала, чему и призван служить конспект. Бесполезность такой записи студент особенно ощутит при подготовке к экзамену, когда дорога каждая минута, а ему придется тратить лишние часы, чтобы разобраться в своих длинных записях. К тому же «дословная» запись практически не бывает таковой, что-то неизбежно теряется, что-то такое, что может быть весьма существенным для понимания материала. Дословная запись лекции является не только бесполезной, но и вредной, препятствуя осмыслению материала, притупляя ум студента и мешая его творческому общению с лектором. Конспект не должен являться стенографической записью лекции. Чтобы содержание лекции легко восстанавливалось по конспекту, он должен состоять из трех частей: *основные мысли лектора, записи, перенесенные с доски и собственные мысли студента.*

Основные мысли лектора, например, при решении на лекции некоторой задачи могут выглядеть в конспекте следующим образом: постановка задачи, соображения по выбору метода ее решения и выводы, следующие из полученного решения. При этом само решение задачи дается, как правило, лектором на доске и переносится студентом с доски в конспект.

Что касается собственных мыслей студента, то следует иметь в виду, что общение студента с лектором – это обоюдный творческий процесс. У студента, творчески работающего на лекции, появляются и сомнения, и ассоциации, и особый интерес к той или иной мысли лектора, и оригинальные идеи. Все это надо отразить в конспекте.

*Итак, первое правило конспектирования:*

лекцию надо записывать не дословно, а кратко. Это означает, что в конспекте должны быть записаны в виде тезисов лишь основные положения лекции.

*Второе правило конспектирования:* записывать мысли лектора следует после того, как стали понятны их содержание и смысл. Только при соблюдении этого условия конспектирование становится осмысленной, а не механической записью лекции. И пусть студента не пугает, что во время записи осмысленного тезиса он пропустит следующую мысль лектора. После непродолжительной практики вырабатывается навык до некоторой степени распределять внимание между конспектом и лектором.

*Третье правило конспектирования:* основные мысли лектора студент должен записывать своими словами. В этом правиле заложен глубокий смысл. Такое конспектирование означает, что студент на лекции работает творчески. Кроме того, оно развивает мышление студента и помогает ему научиться грамотно излагать свои собственные мысли.

Для ускорения конспектирования следует пользоваться системой сокращенных записей. Слова и понятия следует обозначать типовыми символами, сочетаниями отдельных букв (например, ФФКиС – физическая культура и спорт, ФХД ФСО – финансово-хозяйственная деятельность физкультурно-спортивной организации и т.д.)

Одной из важнейших составных частей лекции *являются вопросы к лектору*. Вопросы на лекции необходимы потому, что они укрепляют контакт лектора с аудиторией. Кроме того, они повышают творческий потенциал аудитории. Вопросы одного студента стимулируют творческую работу и его товарищей. Тем самым они способствуют углубленному изучению предмета. Вопросы помогают студентам лучше понять излагаемый материал. Необходимо максимально использовать эту форму общения с лектором.

### **Методические рекомендации**

#### **по подготовке к семинарским занятиям**

Семинарские занятия являются неотъемлемой частью учебного процесса вуза, самостоятельная подготовка студентов к ним обязательна. Данный вид учебной деятельности следует рассматривать, по крайней мере, с двух позиций: 1) как закрепление прослушанного на лекции и изученного самостоятельно материала; 2) как предварительную оценку знаний студентов. Второе особенно важно для активизации работы студентов в период чтения им лекций и самостоятельной работы. Как правило, студента, отвечающего на семинаре, преподаватель выделяет, что помогает студенту при итоговом учете знаний.

Подготовка к семинарским занятиям требует определенной последовательности. Во-первых, у вас должен быть на руках план семинарских занятий с вопросами к каждому занятию и перечнем необходимой литературы. Далее подбираете необходимую для данного занятия литературу, определяете обязательную и вспомогательную и составляете план освоения указанных вопросов. Затем изучаете тему по учебникам, пособиям, конспектам лекций и после этого кратко записываете ответы на вопросы по семинарским занятиям. Составьте краткий конспект по каждому вопросу. Накануне семинара просмотрите его, если затрудняетесь ответить на какие-либо вопросы, повторите их полностью. При углубленном изучении материала могут возникнуть вопросы, ответы

на которые вы не найдете в имеющейся литературе. Запишите их. Если в ходе семинара не получите на них ответ, задайте эти вопросы преподавателю на консультации.

### Компоненты мониторинга учебных достижений.

#### Технологическая карта рейтинга

Наименование дисциплины (курса)	Уровень образования (бакалавриат)	Статус дисциплины в рабочем учебном плане	Количество зачетных единиц (кредитов)	
Теория и методика физического воспитания и спорта				
Смежные дисциплины по учебному плану				
Предшествующие: Философия, Спортивная метрология, Учебная деятельность студента				
Последующие: Методика обучения физической культуры, Педагогическая интернатура, Физиология физического воспитания и спорта				
<b>БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 1</b>				
Вид учебной деятельности	Форма работы		Количество баллов 40%	
			min	max
Текущая работа	1	Групповая работа	<b>6</b>	<b>10</b>
	2	Анализ дипломной работы	<b>12</b>	<b>20</b>
	3	Расчетное задание (Т-критерий)	<b>12</b>	<b>20</b>
	4	Выбор темы дипломной работы	<b>6</b>	<b>10</b>
	5	Написание реферата по ГОСТ	<b>12</b>	<b>20</b>
	6	Обзор научно-методических журналов	-	<b>10</b>
	7	Анализ автореферата диссертации	-	<b>20</b>

	8	Обзор сборников научных статей	-	10
<b>Итого:</b>			<b>48</b>	<b>80</b>
<b>ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ РЕЙТИНГ-КОНТРОЛЬ</b>				
Вид учебной деятельности	Форма работы	Количество баллов 10%		
		min	max	
Зачет				
	Вопрос № 1	<b>6</b>	<b>10</b>	
	Вопрос № 2	<b>6</b>	<b>10</b>	
<b>Итого:</b>			<b>12</b>	<b>20</b>

*Общее количество набранных баллов\* Академическая оценка*

<b>60 – 72</b>	<b>3 (удовлетворительно)</b>
<b>73 – 86</b>	<b>4 (хорошо)</b>
<b>87 – 100</b>	<b>5 (отлично)</b>



Рейтинг-контроль, текущей и промежуточной работы общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций по дисциплине «Теория и методика физического воспитания и спорта»  
для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»

<b>Задачи-задания</b>	<b>ОК-№</b>	<b>ОПК-№</b>	<b>ПК-№</b>	<b>Баллы</b>	<b>Пороговый</b>
<b>Задание 1.</b> Раскройте основные критерии выбора и обоснования методов физического воспитания. Обоснуйте этапы становления теории и методики физического воспитания.	1	3	5	1-10	6
<b>Задание 2.</b> Раскройте основные подходы к построению физического воспитания в современных образовательных организациях. Привести конкретные примеры.	1	3	5	1-10	6
<b>Задание 3.</b> Дайте характеристику различным классификациям физических упражнений. Привести конкретные примеры.	1	3	5	1-10	6
<b>Задание 4.</b> Объясните роль системы физического воспитания для современного общества и установите взаимосвязь составляющих ее компонентов.	5	3	5	1-10	6
<b>Задание 5.</b> В чем заключаются особенности современных принципов, технологии и методов в физическом воспитании применяемых в Педагогических учреждениях? Привести примеры.	1	6	5	1-10	6
<b>Задание 6.</b> Какие критерии характеризуют развития физического воспитания? Привести примеры.	1	3	5	1-10	6
<b>Задание 7.</b> Раскройте формы существования научного профессионально-ориентированного знания с позиции физического воспитания.	1	6	8	1-10	6

<b>Задание 8.</b> Раскройте подходы к рассмотрению сущности физического воспитания.		1	3	8	1-10	6
<b>Задание 9.</b> Какие существуют классификации физических упражнений и видов спорта?		1	3	5	1-10	6
<b>Задание 10.</b> Какие принципы должны быть положены в основу систем физического воспитания? Привести примеры.		1	6	5	1-10	6
<b>Итого</b>		10-100				60
min $\Sigma б = 60$	«удовлетворительно»	60 — 72				
max $\Sigma б = 100$	«хорошо»	73 — 86				
	«отлично»	87 — 100				



Промежуточный рейтинг-контроль общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций по дисциплине «Теория и методика физического воспитания и спорта» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»

Задачи-здания	ОК-№	ОПК-№	ПК-№	Баллы	Пороговый
Проанализируйте понятия: двигательное умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка. Методика, методическая деятельность.	1	3	5	1-10	6
Проанализируйте проблематику научных исследований по общим основам теории и методики физического воспитания, по теории и методике спорта и спортивной подготовки, по теории и методике оздоровительной и адаптивной физической культуры. Представьте характеристику научной специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.	1	3	5	1-10	6
Охарактеризуйте основные задачи и принципы физического воспитания.	1	3	5	1-10	6
Дайте понятия Методика, методическая деятельность.	1	6	8	1-10	6
Выделите актуальные проблемы «Теория и методика физического воспитания и спорта»	1	3	8	1-10	6

Сформулируйте перечень проблем профессионального спорта .	1	3	8	1-10	6
Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Какова связь между учебной, научной деятельностью в теории и методике физического воспитания и спорта	5	3	5	1-10	6
Охарактеризуйте особенности физического воспитания как института социализации.	1	3	5	1-10	6
Проиллюстрируйте примерами влияние спортивных нагрузок на организм	1	3	8	1-10	6
Научные проблемы спортивной подготовки	1	3	5	1-10	6
Правомерно ли утверждение, что современная политика вмешивается в спорт высших достижении.	5	3	8	1-10	6
Определите значимость принципов и методов в физическом воспитании.	1	3	5	1-10	6
Предложите комплекс тренировочного процесса.	1	6	8	1-10	6
Проведите сравнительный анализ понятий физических качеств	1	3	5	1-10	6

Подготовьте доклад на тему: «Роль спорта в современном мире».				1	3	5	1-10	6
Разработайте вопросы для проблемного семинара по теме: «Основные проблемы В современном спорте».				1	6	8	1-10	6
Предложите правила спортивного взаимодействия в спортивной команде				5	6	5	1-10	6
Обоснуйте спортивно-тренировочные циклы				1	6	8	1-10	6
Подготовьте доклад на тему: «Социализирующие возможности спортивной команды				1	3	8	1-10	6
Проанализируйте личные возможности в организации тренировочного процесса.				1	3	8	1-10	6
Итого:								
min	120	«удовлетворительно»	120 — 144					
max	200	«хорошо»	145 — 173					
		«отлично»	174 — 200					

Итоговый рейтинг-контроль достижений студентов по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,  
 профиль «Физическая культура»  
 по учебной дисциплина «Теория и методика физического воспитания и спорта»

Компетенци	Баллы	Критерии оценки		
		1	2	3
Общепрофессиональные компетенции ОПК-1 ОПК-5	min $\Sigma б = 12$ max $\Sigma б = 20$	Методологические и теоретические основы «Теории и методики физического воспитания и спорта» Знает правила применения основных методов обучения и воспитания.	Обосновать особенности и закономерности процессов спортивной подготовки. Умеет применять необходимые правила при использовании методов тренировочного процесса.	Способен к критическому анализу и оценки основных методов педагогического процесса. Способен к самостоятельному поиску, обоснованию и отбору основных способов и приемов. Способен следовать этическим нормам при использовании тренировочных методов.

<p>Общепрофессиональные компетенции ОПК-3 ОПК-6</p>	<p>min <math>\Sigma б</math> =18 max <math>\Sigma б</math> =30</p>	<p>Знает основные теоретические положения физического воспитания. Осведомлен в области физического воспитания. Обладает знаниями в области методики физического воспитания соответствии с потребностями современной образовательной практики.</p>	<p>Владеет методологией и методами физического воспитания в различных образовательных учреждениях. Умеет обосновывать и критически осмысливать проблемы обновления процессов физического воспитания. Владеет приемами выбора эффективных педагогических методов.</p>	<p>Способен к самостоятельному обоснованию методологической базы и к использованию наиболее эффективных методов физического воспитания. Способен к систематизации и определению приоритетов в решении актуальных проблем спортивной подготовки. Способен критически обосновывать и эффективно применять методики спортивной подготовки.</p>
<p>Профессиональные компетенции ПК-5 ПК-8</p>	<p>min <math>\Sigma</math> =19 min Б =30 max Б =50</p>	<p>Готов адаптировать известные методики, технологии и приемы физического воспитания. Осведомлен о необходимости решать возникающие педагогические задачи в процессе</p>	<p>Готов оптимально применять современные методы технологии и приемы спортивной подготовки. Умеет использовать теоретические и практические знания в процессе решения задач спортивной подготовки.</p>	<p>Способен обнаруживать и находить эффективные способы решения задач, возникающих в процессе физического воспитания. Способен к систематическому и самостоятельному использованию теоретических и практических знаний</p>

	спортивной подготовки	Умеет использовать элементы	в процессе методического
Итого:			
min $\Sigma б = 60$	«удовлетворительно»	60— 72	
max $\Sigma б = 100$	«хорошо»	73— 86	
$\Sigma (1-100)$	«отлично»	87— 100	

## **Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине**

Основная часть студентов показывает достаточно высокий уровень теоретической подготовленности по дисциплине «Теория и методика физического воспитания и спорта». Студенты овладевают основными понятиями и знаниями, представленными в содержании учебной дисциплины. Студенты понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, основные задачи и направления профессиональной деятельности в области образования.

Общий уровень подготовки студентов может быть охарактеризован следующим образом:

- студенты обнаружили вполне удовлетворительное владение содержанием программного материала, отвечающего системе требований к подготовке бакалавра;
- ответы большинства студентов четко структурированы, развернуты, нешаблонны, в речевом плане грамотно оформлены;
- студенты обладают умением интегрировать знания по ряду педагогических дисциплин;

В дальнейшем необходимо продолжать работу по совершенствованию умений бакалавров решать ситуационные задачи, предлагаемые в рамках данной дисциплины. Немаловажную роль в этом оказывает совершенствование системы организации самостоятельной работы (переход на рейтинговую систему, изучение дисциплины в пространстве научно-образовательных комплексов кафедры).

В целом, после окончания изучения бакалаврами учебной дисциплины «Основы научной деятельности», по результатам ее преподавания ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ, обработка результатов преподавания дисциплины и результатов контролей;

- пересматриваются и вносятся изменения в учебные, методические и организационные формы и методы преподавания дисциплины;
- в соответствие с внесенными пожеланиями заказчиков (работодателей) в содержание практических заданий вносятся корректировки;
- изменяется банк оценочных средств, с помощью которых осуществляются различные виды контроля;
- с преподавателем обсуждаются рекомендации по совершенствованию преподавания и изучения дисциплины на занятиях.



## Учебные ресурсы

3.3.1. Карта литературного обеспечения дисциплины «Теория и методика физического воспитания и спорта» по 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура». Трудоемкость- 72 часа( 2 зач.ед.).

Наименование	Место хранения (элек.адр)	Кол-во экз. (доступ)
<b>Основная литература.</b>		
Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений/ В.М. Минбулатов, И.В. Кулишенко, Крякина Е.В. ; ред. Ю.Д. Железняк.- 4-е изд., перераб.- М.: Академия, 2010.-272 с.	Научная библиотека	25
Физическая культура: учебник для студ. Сред. Проф. Учеб. Заведений/ Н.В. Решетников [и др.].- 11-е изд., стер.- М.: Академия, 2011.- 176 с.	Научная библиотека	10
Барчуков, И.С.. Физическая культура: учебник/ И.С. Барчуков; ред. Н.Н. Маликов.,- 4-е изд., испр.-М.: Академия, 2011.-528 с.	Научная библиотека	5
Физическое воспитание студентов: методические рекомендации по самостоятельной работе.- Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2010.-64 с.	Научная библиотека	110
Теория и методика физической культуры: Учебник/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина.- М.: Советский спорт, 2007.-464 с.	Научная библиотека	23
<b>Дополнительная литература.</b>		
Теория и методика физической культуры: Учебник/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина.-2-е изд., испр.- М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.	Научная библиотека	10
Матвеев, Л.П.. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высш. Спец. Физкультурных учеб. Заведений/ Л.П. Матвеев.- 4-е., стереотип.- СПб.: Лань; М.: Омега-Л, 2004.- 160 с.	Научная библиотека	20

**Карта материально-технической базы дисциплины**

**Трудоемкость - 72 часа( 2 зач.ед.).**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
№1-53 № 1-49	Лекционные аудитории 1. Видеопроектор, ПК, ксерокс, доска, ПО, методическая литература, пособия. 2. Видеопроектор, ПК, ксерокс, доска, ПО, методическая литература, пособия.
Аудитории для практических (семинарских)/ лабораторных занятий	
№1-53	1.Видеопроектор, ПК, ксерокс, доска, ПО, методическая литература, пособия. 2. Видеопроектор, ПК, ксерокс, доска, ПО, методическая литература, пособия.

### 3.2.7. Лист внесения изменений.

Дополнения и изменения в учебной программе на 201\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. Физиологические компоненты тренировочного процесса
2. Педагогические технологии обучения ФК

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
"15"06.2018г., протокол № 10



Внесенные изменения утверждаю  
Заведующий кафедрой

Л.К. Сидоров

Директор ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина

В.А. Адольф

