



<b>Перечень сведений о рабочей программе модуля</b>	<b>Учетные данные</b>
<b>Образовательная программа</b> <i>Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>	<b>Код ОП</b> 49.03.02/33.01
<b>Направление подготовки</b> <i>Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)</i>	<b>Код направления и уровня подготовки</b> 49.03.02

Программа модуля составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Серова Нина Борисовна	к.п.н., доцент	Заведующий кафедрой	Сервиса и оздоровительных технологий

**Согласовано:**

Управление образовательных программ



Р.Х. Токарева

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Теоретические основы деятельности в сфере физической культуры, адаптивного физического воспитания и спорта

## 1.1. Аннотация содержания модуля

1.2. Модуль включает дисциплины, необходимые для освоения и научного осмысления общепедагогических и специфических принципов избранного вида деятельности; формирования мировоззренческой модели будущих школьных и спортивных педагогов в сфере адаптивной физической культуры

## 1.3. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	История физической культуры и адаптивной физической культуры	3
2	Педагогика физической культуры и спорта	5
3	Теория и методика физической культуры и спорта	4
4	Методика физического воспитания	3
ИТОГО по модулю:		15

## 1.4. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	Не предусмотрены
Постреквизиты и корреквизиты модуля	1. Биологические основы двигательной деятельности 2. Организационно-методические основы двигательной деятельности в сфере адаптивной физической культуры

## 1.5. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
1	2	3
История физической культуры и адаптивной физической культуры	ОПК-2 - Способен использовать в профессиональной деятельности базовые знания в области теории,	3-1 - Объяснять основные принципы формирования здорового образа жизни с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья

культуры	методологии и истории области знаний (в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы)	<p>У-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Предлагать способы ведения осознанного отношение к занятиям адаптивной физической культурой и здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
Педагогика физической культуры и спорта	ОПК-2 - Способен использовать в профессиональной деятельности базовые знания в области теории, методологии и истории области знаний (в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы)	<p>З-1 - Объяснять основные принципы формирования здорового образа жизни с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоовья</p> <p>У-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Предлагать способы ведения осознанного отношение к занятиям адаптивной физической культурой и здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
Теория и методика физической культуры и спорта	ПК-5 - Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	<p>З-2 - Объяснять основные принципы взаимодействия при коммуникации в различных сферах жизнедеятельности, с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии на основе самоанализа, анализа своей деятельности и общения</p> <p>П-1 - Предлагать коммуникативные тактики взаимодействия лиц с ограниченными возможностями здоровья с аудиторией в зависимости от ситуации и с учетом их социально-психологических особенностей</p>

	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>
Методика физического воспитания	<p>ОПК-2 - Способен использовать в профессиональной деятельности базовые знания в области теории, методологии и истории области знаний (в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы)</p>	<p>З-1 - Объяснять основные принципы формирования здорового образа жизни с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоовья</p> <p>У-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Предлагать способы ведения осознанного отношение к занятиям адаптивной физической культурой и здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>
	<p>ПК-7 - Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться</p>	<p>З-1 - Объяснять основные принципы формирования здорового образа жизни с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>У-2 - Определять потребности к занятиям адаптивной физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.</p> <p>П-1 - Предлагать способы ведения осознанного отношение к занятиям адаптивной физической культурой и здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья</p>

	<p>ПК-9 - Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций</p>	<p>З-2 - Характеризовать основные принципы закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>У-4 - Выявлять кризисы, обусловленные физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>П-1 - Предлагать различные тактики реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от ситуации и с учетом их социально-психологических особенностей</p>
	<p>ПК-10 - Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, чувствительных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>	<p>З-2 - Объяснять основные принципы развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, чувствительных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>У-2 - Определять потребности в обучении и развитии с учетом возрастных особенностей, чувствительных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p> <p>П-1 - Иметь опыт разработки программ по развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, чувствительных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний</p>

### 1.6. Форма обучения

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в форме:

Очная;

Заочная;

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**История физической культуры и адаптивной физической культуры**

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Гайл Виктор Вадимович	к.п.н., доцент	доцент	Теории физической культуры

**Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики**

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

# 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

## 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

## 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Периодизация, историография, источники истории физической культуры и спорта	<p>Теории возникновения физической культуры и спорта. Теория «игры» (Гроос, Шиллер, Хёйзинга). Теория «войны» (Бэрк). Теория «излишней энергии» (Спенсер). Теория «магии» (Рейнак). Теория «труда» (Маркс, Энгельс, Ленин).</p> <p>Периодизация, историография, источники истории физической культуры и спорта. Существующие подходы к периодизации. Современный опыт историографии: Дж. Тойнби, Л. Гумилёв, А. Фоменко. Нарративные источники.</p>
2.	Исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в различных регионах мира	<p>Цивилизация Шумерии («Книга тренинга»). Древний Египет (детские игры, училища храмовых тан-цовщиц). Древний Китай (книга «Кун-фу», гимна-стика «У-шу»). Древняя Индия (разновидности йоги). Древнеминойская культура. Агонистика. Военно-физическое воспитание в Спарте. Система физического воспитания в Афинах. Возникновение Олимпийских игр. Прообраз олимпиад древности в героическом эпосе Гомера. Становление содержания Олимпийских игр. Развитие системы игр в Греции (Панафинейские, Истмийские, Немейские игры, Гереиды). Профессиональная атлетика. Кризис греческой физической культуры. Периодизация истории Древнего Рима (царский, республиканский, императорский периоды). Традиционные состязания этрусков. Военно-физическая подготовка в римской армии. Римские зрелища (ипподром, бои гладиаторов). Элементы греческой физической культуры (Акцийские, Капитолийские игры; бани). Упадок римской империи. Возрастная градация системы рыцарского воспитания. Содержание системы рыцарского воспитания (семь рыцарских доблестей). Рыцарские турниры и совершенствование правил их проведения (бухурт, тьост, игра в кольцо). Упадок рыцарских традиций. Состязания в беге, метаниях, стрельбе, борьбе, фехтовании. Игры с мячом (гандбол, кегли, теннис, фэйвз, хёрлинг). Средневековые</p>



		<p>классификации игр с мячом. Развитие футбола в Англии и кальчио в Италии. Военные игры. Становление развлечений в соответствии с правовыми нормами. Взгляды ведущих мыслителей эпохи Возрождения на элементы физической культуры и спорта (Л.Б. Альберти, В. да Фелтре, Э.С. Пикколомини, И. Меркуриалис, Э. Роттердамский, Х.Л. Вивес, Т. Мор, М. Монтень, Ф. Рабле). Первые попытки введения физического воспитания (Р. Малкастер, Я.А. Коменский). Появление понятия «спорт». Социальные особенности развития сельских развлечений. Деятельность Т. Паркинса, Дж. Фигга, Д. Браутона. «Состязания со временем», «кровавый спорт». Взгляды на физическое воспитание Дж. Локка, Т. Арнольда. «Арнольдизм». Взгляды на физическое воспитание Ж.Ж. Руссо, И.Г. Песталоцци. Роль филантропов в развитии физического воспитания в школе. Развитие национальных гимнастических движений: шведская, немецкая, сокольская системы гимнастики. Введение физического воспитания в школе на основе гимнастики.</p>
<p>3.</p>	<p>Исторические и социокультурные условия развития физической культуры и спорта на разных этапах Руси, России и Российской Федерации</p>	<p>Физическое воспитание у скифов, древних славян и в Киевском феодальном государстве. Роль традиционных физических упражнений и игр в самобытном воспитании народных масс и в подготовке их к борьбе против захватчиков и феодалов. Развитие физической культуры как составной части общей культуры в русском централизованном государстве. Подъем экономики и культуры русского государства в XVIII в. и расширение возможностей для развития физической культуры и спорта. Введение физического воспитания в систему образования молодежи. Развитие естественнонаучных и педагогических основ физического воспитания в трудах М.В. Ломоносова, академика А.П. Протасова и других русских ученых. Исторические предпосылки возникновения спортивно-гимнастического движения. Создание и развитие спортивных и гимнастических обществ. Становление современного спорта. Физическое воспитание в учебных заведениях. Физическая подготовка в русской армии. Задачи советской физической культуры и спорта в первые годы Советской власти. Деятельность органов Наркомпроса, Наркомздрава и Всеобуча по развитию физической культуры и спорта. Развертывание спортивно-массовой работы. Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Укрепление государственных общественных основ физической культуры и спорта. Учреждение Всесоюзного совета физической культуры при ЦИК СССР и Всесоюзного комитета по делам физической культуры и спорта при СНК СССР. Перестройка советского физкультурного движения на военный лад в годы Великой Отечественной войны. Вступление советских физкультурных организаций в международные спортивные объединения. Создание советского НОК и его признание МОК. Совершенствование форм и методов массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в условиях перестройки. Совершенствование системы государственных и общественных органов управления физкультурным движением. Новая история российской системы физической культуры (1991 – 2019). Становление российской системы</p>

		физической культуры на Урале (1886 – 1932). Организация первых спортивных обществ. Развитие материальной базы спортивных обществ. Огосударствление материальной базы спортивных обществ для нужд военно-спортивных комитетов (1915 – 1917). Деятельность Всевобуча по развитию и распространению физической культуры на Урале. Становление учебного предмета «физическая культура» в школах Урала (1889 – 1932). Период педагогизации деятельности в сфере образования по физической культуре (1889 – 1915). Период экстремального функционирования (1915 – 1923). Период формирования учебного предмета «физическая культура» (1923 – 1932). Развитие спорта на Урале.
4.	Развитие спортивной науки	Развитие технической и физической подготовки по видам спорта. Значение научного обоснования системы тренировок (Б. Комьяди, Х. Колехмайнен, Л. Пикала). Изучение биомеханических параметров двигательного действия (Н.А. Бернштейн). Изучение интеграции спортивной подготовки (Р. Кипут).
5.	Современный уровень развития физической культуры и спорта в странах мира	Физкультурные направления, основанные на гимнастике, на спортивной и игровой деятельности. Современная гимнастика и направление «кип-фит». «Спорт для всех», «здоровый образ жизни». Проблемы олимпийского движения на современном этапе. Развитие международных физкультурных организаций.
6.	Основные направления развития спорта	Олимпийский спорт, «спорт для всех», церковный спорт, рабочий спорт, профессиональный спорт, предпринимательский спорт. Критические годы в развитии международного олимпийского движения. Католические спортивные организации. Религиозные игры. Развитие международного рабочего спортивного движения. Студенческое спортивное движение. Развитие региональных спортивных движений и игр. Проблемы предпринимательства и профессионализма в спорте.

1.3. Программа дисциплины реализуется:

на государственном языке Российской Федерации (русский).

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Электронные ресурсы (издания)

1. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин ; под редакцией Н. Ю. Мельникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2017. — 432 с. — ISBN 978-5-906839-97-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/79433.html>

2. Гайл В.В. Краткая история физической культуры и спорта. – Учебно-методическое пособие / Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2006. 65 с  
URL:[http://study.urfu.ru/view/Aid\\_view.aspx?AidId=379](http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=379)

### Печатные издания

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Серия: Высшее профессиональное образование. Бакалавриат.– М.: Издательский центр «Академия», 2013. 320 с. [ЗНБ УрФУ]
2. Суник, А.Б. Очерки отечественной историографии истории физической культуры и спорта / А.Б. Суник. - Москва : Советский спорт, 2010. - 614 с. - ISBN 978-5-9718-0426-0 ; То же [Элек-тронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210497>

#### **Профессиональные базы данных, информационно-справочные**

1. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
  2. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
  3. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРПК>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

#### **Материалы для лиц с ОВЗ**

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

#### **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

[www.iprbookshop.ru/](http://www.iprbookshop.ru/) - ЭБС IPR BOOKS

### **3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением**

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	

3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Педагогика физической культуры и спорта**  
Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Ямалетдинова Галина Александровна	д.п.н., доцент	профессор	Теории физической культуры

**Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики**

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

# 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

## 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

## 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Педагогика как наука и практика	Предмет и задачи педагогики как науки и практики воспитания. Предмет и задачи педагогической науки. Методы педагогики. Основные категории педагогики
2.	Сущность образования как педагогической категории	Понятие образование. Образование как социальный институт и система. Образование как процесс и результат педагогической деятельности. Роль университетов в современном образовании.
3.	Теория обучающей деятельности как дидактическая основа	Общее понятие о дидактике. Структура педагогического процесса. Педагогические цели. Педагогические принципы. Современные принципы высшей и средней школы. Инновационная система обучения. Традиционная и инновационная модель обучения.
4.	Профессионально-педагогическая деятельность спортивного педагога	Педагогические аспекты деятельности специалистов по физической культуре и спорту. Виды профессиональной деятельности спортивного педагога. Функциональные компоненты деятельности спортивного педагога. Этапы профессиональной деятельности спортивного педагога в учебно-воспитательном процессе. Профессиональная деятельность спортивного педагога. Профессиограмма педагога. Педагогическая характеристика личности спортивного педагога. Профессиональные способности спортивного педагога
5.	Методы и средства педагогической деятельности спортивного педагога	Понятие и классификация методов и средств обучения. Средства и методы педагогического процесса.
6.	Формы организации педагогического процесса	Формы организации педагогического процесса. Формы педагогической деятельности спортивного педагога.
7.	Система воспитательной деятельности спортивного педагога	Основные принципы и методы воспитания. Сущность процесса воспитания. Принципы воспитания. Содержание процесса воспитания. Формирование нравственных качеств личности

		<p>учащегося. Формирование дисциплинированности школьников. Воспитание самостоятельности школьников на уроках физической культуры. Самовоспитание школьников в сфере ФК и С.</p>
8.	Педагогическое мастерство спортивного педагога	<p>Понятие «педагогическое мастерство». Основные компоненты педагогического мастерства. Значение педагогического мастерства для спортивного педагога. Эффективность труда спортивного педагога. Пути повышения профессионального мастерства спортивного педагога</p>
9.	Педагогические технологии в сфере ФК и С	<p>Развивающее и проблемное обучение в физической культуре культуры и спорта .Информационно-развивающие методы обучения: лекция, рассказ, объяснение, беседа, демонстрация учебного кинофильма и др. Проблемное учение и инновации в обучении. Структура и содержание метода проблемного обучения. Проблемный вопрос, проблемная ситуация, проблемная задача, проблемное задание, проблемные оргформы обучения в физической культуре.</p> <p>Информационные технологии в физическом воспитании. Программированное обучение: Медиа-образование – изучение закономерностей массовых коммуникаций; общедидактическая система полупрограммирования, «План-Келлера», интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией. Понятие информационных технологий и их виды. Возможности использования информационных технологий в сфере физической культуры и спорта. Структура и содержание технологий.</p>
10.	Педагогические инновации в сфере ФК и С	<p>Понятия: инновации, педагогической инновации. Педагогические инновации: визуальная грамотность; дескулизация; гипнопедия; синектика в образовании. Инновационные методы обучения: неимитационные, имитационные, дидактические игры. Понятие интерактивного обучения и его особенности.</p>
11.	Диагностика готовности специалиста в области ФК и С	<p>Рефлексивная деятельность педагога: самооценка личностных качеств и способностей педагога. Диагностика и самодиагностика уровня педагогической культуры. Оценка эффективности труда педагога физической культуры и спорта.</p>
12.	Педагогическое творчество , факторы продуктивной педагогической деятельности в сфере ФК и С	<p>Педагогическое творчество как фактор самореализации педагога физической культуры и спорта. Ключевые понятия творческой педагогики: индивидуальная педагогическая система, авторская программа, альтернативное образование. Факторы, определяющие продуктивную деятельность педагога: педагогические способности, психофизические свойства личности</p>
13.	Самоуправление учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере ФК: теория и технологии	<p>Понятие самоуправления познавательной деятельностью.</p> <p>Понятие концепции, принципа, модели, условия, критерия. Основные положения системы самоуправления познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры. Модульно-проектная технология как средство самоуправления познавательной деятельностью студентов в</p>

		сфере физической культуры. Теоретические основы разработки личностных проектов для подготовки различных групп населения к выполнению требований и норм «Физкультурно-спортивного комплекса ГТО».
--	--	--

- 1.3. Программа дисциплины реализуется:  
на государственном языке Российской Федерации (русский).

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Электронные ресурсы (издания)

1. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры : учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429371>
2. Педагогика физической культуры: курс лекций : [16+] / авт.-сост. Н. В. Минникаева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 111 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574106>
3. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций : учебное пособие / Г.А. Ямалетдинова .— Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014 .— 246 с.— URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276568>

### Печатные издания

1. Жукова О. Л. Педагогика: технология и теория обучения: учебное пособие /О.Л. Жукова, Л.В. Быкова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 140 с. [ЗНБ УрФУ]
2. Рогалева Л.Н. Активные методы обучения в современном образовании: учебное пособие. – Екатеринбург: Изд-во УрФУ, 2011. – 118 с. [ЗНБ УрФУ]

### Профессиональные базы данных, информационно-справочные

4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
5. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
6. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРФК>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/ФКВОТ>.

### Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

### Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

[www.iprbookshop.ru/](http://www.iprbookshop.ru/) - ЭБС IPR BOOKS



### 3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Теория и методика физической культуры и спорта**  
Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Еркомайшвили Ирина Васильевна	к.п.н., доцент	доцент	Теории физической культуры

**Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики**

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

## 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

### 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

### 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Понятийный аппарат теории физической культуры, структура и функции физической культуры	<p>Определение понятия «физическая культура». Различия этого понятия в бытовой и профессиональной трактовке. Соотношение понятий «культура» (общества, личности) и «физическая культура»; общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру. Основные аспекты в понимании физической культуры: род деятельности, совокупность предметных ценностей, персонифицированный результат деятельности. Понятия, отражающие издельностные области физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и двигательная рекреация. Соотношение понятий «физическое развитие» и «физическое состояние». Физическое совершенство как системообразующий фактор физической культуры. Смежные понятия с понятием «физическая культура»: «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическая подготовка», «физическая подготовленность». Определение теории физической культуры. Градация дисциплин, изучающих физическую культуру, по восходящим уровням обобщения в ходе ее познания. Интеграция знаний естественных и гуманитарных наук в теории физической культуры. Познавательное, методологическое и практическое значение теории физической культуры. Основные определяющие черты системы физического воспитания. Основные документы, определяющие идейную основу физического воспитания в России: «Основы законодательства о ФК в Российской Федерации», «Закон об образовании». Программно-нормативные основы физического воспитания (Государственный стандарт по физическому воспитанию в образовательной школе; Федеральный проект «Президентские состязания»); спортивная классификация, программы по физическому воспитанию в школе. Научно-методические основы: современные тенденции совершенствования системы физического воспитания. Характерные черты современных</p>

		<p>организационных форм системы физического воспитания. Целевая ориентация физической культуры в современных условиях жизни, овладение знаниями о культуре здоровья – главная задача физического воспитания. Сущность оздоровительной, образовательной и воспитательной задач. Аспекты и формы конкретизации задач, решаемых в процессе физического воспитания. Характеристика социальных принципов физического воспитания: всестороннего развития, оздоровительной направленности, связи с трудовой деятельностью и жизнью. Взаимобусловленность функций и форм физической культуры. Отображение в социальной структуре физической культуры особенностей ее формирования, возникающих в силу различия тех или иных сфер жизнедеятельности в обществе. Определяющие черты физической культуры в системах образования-воспитания, производительного труда, здравоохранения, сферах повседневного быта, отдыха и развлечения.</p>
<p>2.</p>	<p>Принципы, средства и методы физического воспитания и спорта</p>	<p>деятельность по физическому воспитанию. Первостепенное значение во всех сферах воспитания коренных социальных принципов деятельности по направленному формированию и развитию человека в обществе. Принципы всемерного содействия всестороннему гармоническому развитию личности, неразрывной связи культурно-воспитательной деятельности с практической жизнью, потребностями общества и оздоровительной направленности как важнейшие наиболее общие принципы, направляющие физкультурное движение и функционирование системы физического воспитания в гуманном обществе.</p> <p>Необходимость руководствоваться в сфере физического воспитания общепедагогическими (в том числе общедидактическими) принципами. Основные правила, направления и пути реализации в физическом воспитании принципов сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности.</p> <p>Специальные принципы построения физического воспитания. Принципы непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок с отдыхом; принципы постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования их динамики; принципы цикличности и возрастной адекватности направлений физического воспитания. Современные научные и практические данные, разрывающие закономерности, лежащие в основе этих принципов; основные условия, от которых зависят особенности их реализации (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности занимающихся и т.д.). Общепедагогические средства, их значение для физического воспитания. Физическое упражнение – основное специфическое средство физического воспитания. Содержание и форма физических упражнений. Понятие о двигательном действии и двигательной задаче. Двигательная задача как системообразующий фактор двигательного действия. Техника как формообразующий фактор двигательного действия.</p>

		<p>Основы и детали техники. Кинематические характеристики физических упражнений (пространственные, временные, пространственно-временные). Динамические характеристики (внутренние и внешние силы). Понятие ритма. Классификация физических упражнений. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты, определяющие эффективность физического упражнения. Типы интервалов отдыха.</p> <p>Гигиенические факторы и естественные силы природы, их роль в повышении эффективности физического воспитания. Общее представление о системах закаливания (П.Иванов, С.Кнейп и др.) и о нетрадиционных системах питания (Г.Шелтон, Н.А.Семенова, Г.С.Шаталова и др.). Методы строго регламентированного упражнения. Отличительные черты методов строго регламентированного упражнения. Систематизационная характеристика основных групп этих методов по признакам, существенным для оптимизации физического воспитания (по особенностям подхода к формированию структуры разучиваемого действия, по степени избирательности воздействия на функции организма; по степени стандартизации либо варьирования воздействия; по признаку непрерывности или прерывности нагрузки в процессе упражнения; по особенностям сочетания данных признаков). Особенности методов строго регламентированного упражнения при комплексном содержании занятий (методы упражнения в «круговой» тренировке и при «линейном» способе организации занятий).</p> <p>Игровой метод. Определяющие черты игрового метода в физическом воспитании. Возможности, предоставляемые им, и ограничения. Элементарные и полные (развернутые) формы игрового метода. Соревновательный метод. Определяющие черты соревновательного метода в физическом воспитании. Предоставляемые им возможности и ограничения. Элементарные и полные (развернутые) формы соревновательного метода.</p>
3.	Теоретические основы обучения двигательным действиям	<p>Понятие об основной опорной точке и ориентировочной основе действия (П.Я.Гальперин, М.М.Боген). Значение формирования зрительного, словесно-логического и кинестезического образов для усвоения знания об ориентировочной основе действия. Признаки, отличающие двигательное умение как уровень владения двигательным действием. Экстраполяция как психофизиологический механизм выполнения новых действий. Дидактическое значение двигательных умений. Признаки, отличающие двигательный навык как уровень владения двигательным действием. Двигательный навык как функциональная система (П.К.Анохин). Значение акцептора действия для повышения стабильности решения двигательной задачи. Пластичность (изменчивость) движений и стабильность решения двигательной задачи с точки зрения представлений Н.А.Бернштейна о «живом движении». Варианты изменения скорости формирования двигательного навыка в зависимости от методики обучения. Классификация двигательных ошибок. Необходимость определения типа ошибки для построения</p>

		<p>дальнейшего обучения двигательному действию. Причины двигательных ошибок и основные условия их предупреждения. Методические приемы исправления двигательных ошибок. Связь содержания занятий на различных этапах обучения с уровнем владения двигательным действием. Цели и задачи этапов обучения: первоначального разучивания, углубленного (детализированного) разучивания, совершенствования. Средства, методы и алгоритм поэтапного формирования ориентировочной основы действия на различных этапах обучения. Выбор доступного уровня трудности заданий, исходя из представлений Л.С.Выготского о «зоне ближайшего развития». Целеполагание в проектировании технологий обучения. Гуманистическая направленность технологий обучения, их возможности в обеспечении здоровьесбережения. Метод предписаний алгоритмического типа. Технологии дифференцированного обучения и возможности индивидуализации образовательного процесса в различных формах организации занятий по физическому воспитанию и в спортивной подготовке. Постановка комплексных целей и использование сопряженного метода для их достижения.</p>
4.	Теоретические основы методики развития двигательных способностей	<p>Определение и разновидности силовых способностей. Физиологические механизмы и психологические факторы, обеспечивающие проявления силы. Измерение уровня развития. Основные методические направления развития силы. Сенситивные периоды развития силы и особенности методики развития силовых возможностей в зависимости от возраста и пола. Определение скоростных способностей, простые и сложные их проявления. Психофизиологические механизмы и факторы, обеспечивающие проявления быстроты. Методика измерения уровня развития каждого из проявлений. Методы и методические приемы развития быстроты в зависимости от сенситивных периодов. Скоростной барьер и его профилактика. Определение и виды гибкости. Значение развития гибкости для здоровьесбережения и повышения эффективности спортивной тренировки. Внутренние и внешние факторы, влияющие на проявления гибкости. Выбор оптимального уровня гибкости в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности. Способы измерения и методика развития гибкости. Возрастная динамика гибкости. Определение и виды выносливости. Физиологические механизмы, обеспечивающие проявления выносливости. Связь методики развития выносливости с теориями утомления (В.В. Розенблат). Значение психических процессов в развитии и проявлении выносливости. Методы и методические приемы развития выносливости у людей разного возраста. Педагогические условия развития выносливости у детей и подростков. Определение и структура координационных способностей, методика их развития и тестирования. Сенситивные периоды развития различных координационных способностей. Влияние генетических факторов и внешних условий на развитие координации движений. Значение координационных способностей для повышения эффективности обучения двигательным действиям,</p>

		гармоничного развития телесности человека, для обеспечения свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности в повседневной жизни.
5.	Целеполагание и особенности методики физического воспитания детей и подростков	<p>Стороны физического воспитания: физкультурное образование и физическая подготовка. Проблема личностно ориентированного физического воспитания в теории физической культуры. Значение соотношения потребностей в развитии и безопасности для формирования мотивов физкультурно-спортивной деятельности. Основные характеристики интегральной модели личностного развития в сфере физической культуры. Ведущая роль педагога по физической культуре в формировании целевой ориентации личности в сфере физической культуры и спорта и самовоспитании. Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Программно-нормативные основы физического воспитания в детских дошкольных учреждениях. Формы организации занятий и особенности их методики, обусловленные физическим развитием и уровнем физической подготовленности детей дошкольного возраста. Разнообразие методических подходов и педагогические условия конверсии технологий спортивной подготовки в физическом воспитании дошкольников. Понятие об образовательном процессе в сфере физической культуры. Физическое воспитание в школе, как неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса и как общеобразовательный предмет учебного плана школы. Цель предмета "Физическая культура" в общеобразовательной школе. Задачи физического воспитания школьников разного возраста. Периодизация школьного возраста: значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Конкретизация оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания и особенности их реализации в начальной, основной и средней школе; задача приобщения к здоровому образу жизни и формирование культуры здоровья.</p>
6.	Организация и методика урочных форм физического воспитания школьников	<p>Урок как основная форма. Классификация форм физического воспитания: урок физической культуры; формы организации в режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы; физкультурно-массовые мероприятия во внешкольных учреждениях (в учреждениях дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности; в оздоровительных лагерях; в семье). Урок - основная форма организации физического воспитания в школе; характерные черты урока и требования к нему. Понятие о содержании и структуре урока. Построение подготовительной, основной и заключительных частей урока. Зависимость структуры урока от возрастных особенностей школьников. Виды и типы уроков, их значение в педагогически направленной организации урока. Уроки вводные, изучение вводного материала, совершенствования, контрольные и смешанные уроки. Фронтальный способ с его разновидностями, групповой и его варианты, индивидуальный. Круговая тренировка и особенности ее проведения на занятиях с детьми школьного</p>

		<p>возраста. Правила и условия проведения занятий этими способами организации, их преимущества и недостатки. Общая и моторная плотность урока. Критерии оценки моторной плотности на уроках различной направленности. Методика хронометража урока. Регистрация и анализ пульсовой кривой урока. Развернутый педагогический анализ урока. Подготовка к уроку; составление конспекта урока. Объяснение и показ упражнений. Использование методов и методических приемов. Организация тренировочного воздействия. Предупреждение, выявление и исправление ошибок. Помощь и страховка. Внешний вид, действия и поведение учителя. Материальное обеспечение и гигиеническое состояние места проведения урока.</p>
7.	<p>Планирование учебной и внеклассной работы по физическому воспитанию</p>	<p>Государственный стандарт по физической культуре в общеобразовательной школе, его назначение и основное содержание. Базовый и вариативный компоненты современного школьного физического воспитания. Характеристики действующих программ по физическому воспитанию в школах. Комплексная программа по физическому воспитанию в общеобразовательных школах (I-XI). Основное содержание "Положения о коллективе физической культуры в школе", совет коллектива физической культуры школы и другие формы ученического самоуправления. Сущность и значение планирования. Требования к учебно-планирующей документации. Этапы планирования физического воспитания в школе. Методика составления годового плана-графика учебного процесса, тематического плана на четверть, плана-конспекта урока. Значение, организация и методика проведения "малых" форм физического воспитания в школе (гимнастика до занятий, физкультурные минутки; игры и физические упражнения на удлиненных переменах, спортивный час). Значение и организация проведения внеклассных форм физического воспитания (спортивные кружки и секции; группы общефизической подготовки). Организация физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в школе (дни здоровья и спорта; спортивные процедуры; туристические походы и слеты). Учет при разработке программ региональных условий; материальной базы и спортивных традиций школы; спортивной специализации и квалификации учителя; интересов, уровня физической подготовленности и состояния здоровья учащихся; общей направленности школы (с углубленным изучением предметов; лицеи, гимназии и т.п.); основных тенденций совершенствования содержания и организации физического воспитания в современных школах. Структура программы, ее оформление. Обзор опыта творчески работающих учителей. Основные профессиональные направления в физическом воспитании в школах за рубежом. Опыт постановки в школах США, Германии, Швейцарии, Франции, Японии, Китая. Основные задачи внешкольной работы по физическому воспитанию учащихся. Характеристики учреждений дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности. Организация и содержание работы по физическому воспитанию в</p>



		образовательных учреждениях спортивно - оздоровительной направленности детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ); детско-юношеские клубы физической подготовки (ДЮКФП). Физическое воспитание по месту жительства и в семье.
8.	Физическое воспитание студенческой молодежи	Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте о месте физической культуры как учебной дисциплины в высших учебных заведениях. Значение государственного стандарта и основное содержание теоретического, практического и контрольного разделов программы физического воспитания студентов. Пути оптимизации физического развития и функциональной подготовки студентов средствами физического воспитания. Средства развития физкультурно-спортивных интересов у студентов. Методические основы методико-практических и учебно-тренировочных занятий. Принципиальные положения поддержания паритета двигательной активности и умственной деятельностью в образовательном процессе вуза. Основные направления физического воспитания студентов. Критерии формирования состава занимающихся в основном, специальном и спортивном отделениях. Специфика комплектования различных групп специального отделения. Особенности методики занятий в отделениях. Основное содержание программы по дисциплине «Физическая культура» для занятий со студентами, имеющими освобождение от практических занятий на длительный срок. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Аспекты связи физического воспитания с трудом. Физическая культура в научной организации труда. Особенности физического развития, физической подготовленности и методики занятий лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. Физическая культура в быту трудящихся.

1.3. Программа дисциплины реализуется:  
на государственном языке Российской Федерации (русский).

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Электронные ресурсы (издания)

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104667.html>
2. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/11049.html>

### Печатные издания

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для завершающего уровня высш. физ. образования / Л. П. Матвеев .— Изд. 4-е, испр. и доп. — СПб. ; М. ; Красно-дар : Лань, 2005 .— 384 с. : ил. ; 20 см .— Библиогр. в конце гл., библиогр. в примеч. — Допу-щено в качестве учебника .— ISBN 5-8114-0585-5. (ЗНБ)
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, В.М. Минбулатов. — М.: Изда-тельский центр «Академия», 2004. — 272 с. (ЗНБ)
3. Холодов, Ж. К.. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов .— Москва : Академия, 2001 .— 144 с. ; 22 см .— (Высшее образование) .— Библиогр.: с. 141. — ISBN 5-7695-0690-(ЗНБ).

#### **Профессиональные базы данных, информационно-справочные**

1. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
2. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
3. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРФК>
4. 4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/ФКВОТ>.

#### **Материалы для лиц с ОВЗ**

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

#### **Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

[www.iprbookshop.ru/](http://www.iprbookshop.ru/) - ЭБС IPR BOOKS

### **3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **Сведения об оснащении дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением**

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов  Рабочее место преподавателя  Доска аудиторная	

2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p>	
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p>	

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Методика физического воспитания**

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия Имя Отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Чудиновских Анатолий Владимирович	к.б.н., доцент	доцент	Теории физической культуры

**Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики**

Протокол № 3 от 16.03.2020 г.

## 1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ

### 1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология;
- С применением электронного обучения на основе электронных учебных курсов, размещенных на LMS-платформах УрФУ
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
  - Базовый уровень

*\*Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания.*

### 1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
1.	Целеполагание и особенности методики физического воспитания детей и подростков	Стороны физического воспитания: физкультурное образование и физическая подготовка. Проблема личностно ориентированного физического воспитания в теории физической культуры. Значение соотношения потребностей в развитии и безопасности для формирования мотивов физкультурно-спортивной деятельности. Основные характеристики интегральной модели личностного развития в сфере физической культуры. Ведущая роль педагога по физической культуре в формировании целевой ориентации личности в сфере физической культуры и самовоспитании. Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Программно-нормативные основы физического воспитания в детских дошкольных учреждениях. Формы организации занятий и особенности их методики, обусловленные физическим развитием и уровнем физической подготовленности детей дошкольного возраста. Разнообразие методических подходов и педагогические условия конверсии технологий спортивной подготовки в физическом воспитании дошкольников. Понятие об образовательном процессе в сфере физической культуры. Физическое воспитание в школе, как неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса и как общеобразовательный предмет учебного плана школы. Цель предмета "Физическая культура" в общеобразовательной школе. Задачи физического воспитания школьников разного возраста. Периодизация школьного возраста: значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Конкретизация оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания и особенности их реализации в начальной, основной и средней школе; задача приобщения к здоровому образу жизни и формирование культуры здоровья.
2.	Организация и методика урочных форм физического	Урок как основная форма. Классификация форм физического воспитания: урок физической культуры; формы организации в

	воспитания школьников	<p>режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы; физкультурно-массовые мероприятия во внешкольных учреждениях (в учреждениях дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности; в оздоровительных лагерях; в семье). Урок - основная форма организации физического воспитания в школе; характерные черты урока и требования к нему. Понятие о содержании и структуре урока. Построение подготовительной, основной и заключительных частей урока. Зависимость структуры урока от возрастных особенностей школьников. Виды и типы уроков, их значение в педагогически направленной организации урока. Уроки вводные, изучение вводного материала, совершенствования, контрольные и смешанные уроки. Фронтальный способ с его разновидностями, групповой и его варианты, индивидуальный. Круговая тренировка и особенности ее проведения на занятиях с детьми школьного возраста. Правила и условия проведения занятий этими способами организации, их преимущества и недостатки. Общая и моторная плотность урока. Критерии оценки моторной плотности на уроках различной направленности. Методика хронометража урока. Регистрация и анализ пульсовой кривой урока. Развернутый педагогический анализ урока. Подготовка к уроку; составление конспекта урока. Объяснение и показ упражнений. Использование методов и методических приемов. Организация тренировочного воздействия. Предупреждение, выявление и исправление ошибок. Помощь и страховка. Внешний вид, действия и поведение учителя. Материальное обеспечение и гигиеническое состояние места проведения урока.</p>
3.	Планирование учебной и внеклассной работы по физическому воспитанию	<p>Государственный стандарт по физической культуре в общеобразовательной школе, его назначение и основное содержание. Базовый и вариативный компоненты современного школьного физического воспитания. Характеристики действующих программ по физическому воспитанию в школах. Комплексная программа по физическому воспитанию в общеобразовательных школах (I-XI). Основное содержание "Положения о коллективе физической культуры в школе", совет коллектива физической культуры школы и другие формы ученического самоуправления. Сущность и значение планирования. Требования к учебно-планирующей документации. Этапы планирования физического воспитания в школе. Методика составления годового плана-графика учебного процесса, тематического плана на четверть, плана-конспекта урока. Значение, организация и методика проведения "малых" форм физического воспитания в школе (гимнастика до занятий, физкультурные минутки; игры и физические упражнения на удлиненных переменах, спортивный час). Значение и организация проведения внеклассных форм физического воспитания (спортивные кружки и секции; группы общефизической подготовки). Организация физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в школе (дни здоровья и спорта; спортивные процедуры; туристические походы и слеты). Учет при разработке программ региональных условий;</p>

		<p>материальной базы и спортивных традиций школы; спортивной специализации и квалификации учителя; интересов, уровня физической подготовленности и состояния здоровья учащихся; общей направленности школы (с углубленным изучением предметов; лицеи, гимназии и т.п.); основных тенденций совершенствования содержания и организации физического воспитания в современных школах. Структура программы, ее оформление. Обзор опыта творчески работающих учителей. Основные профессиональные направления в физическом воспитании в школах за рубежом. Опыт постановки в школах США, Германии, Швейцарии, Франции, Японии, Китая. Основные задачи внешкольной работы по физическому воспитанию учащихся. Характеристики учреждений дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности. Организация и содержание работы по физическому воспитанию в образовательных учреждениях спортивно - оздоровительной направленности спортивные школы (СШ); детско-юношеские клубы физической подготовки (ДЮКФП). Физическое воспитание по месту жительства и в семье.</p>
4.	Физическое воспитание студенческой молодежи	<p>Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте о месте физической культуры как учебной дисциплины в высших учебных заведениях. Значение государственного стандарта и основное содержание теоретического, практического и контрольного разделов программы физического воспитания студентов. Пути оптимизации физического развития и функциональной подготовки студентов средствами физического воспитания. Средства развития физкультурно-спортивных интересов у студентов. Методические основы методико-практических и учебно-тренировочных занятий. Принципиальные положения поддержания паритета двигательной активности и умственной деятельностью в образовательном процессе вуза. Основные направления физического воспитания студентов. Критерии формирования состава занимающихся в основном, специальном и спортивном отделениях. Специфика комплектования различных групп специального отделения. Особенности методики занятий в отделениях. Основное содержание программы по дисциплине «Физическая культура» для занятий со студентами, имеющими освобождение от практических занятий на длительный срок. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Аспекты связи физического воспитания с трудом. Физическая культура в научной организации труда. Особенности физического развития, физической подготовленности и методики занятий лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. Физическая культура в быту трудящихся.</p>

1.3. Программа дисциплины реализуется:  
на государственном языке Российской Федерации (русский).

## 2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Электронные ресурсы (издания)

1. Мухина М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие [Электронный ресурс] / М.П. Мухина. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 399 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>
2. Чугайнова О.Г. Теория и технология физического воспитания детей дошкольного возраста : методические рекомендации [Электронный ресурс] / О.Г. Чугайнова, М.Ю. Парамонова. – Москва : МПГУ, 2016. – 112 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471791>

### Печатные издания

3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высших спец. физкультурных учеб. заведений / Л. П. Матвеев .— Изд. 4-е, стер. — СПб. ; М. ; Краснодар : Лань : Омега-Л, 2004 .— 160 с. : ил. ; 20 см .— (Учебники для вузов, Специальная литература) .— Предм. указ.: с. 155-157. — Библиогр. в конце гл. — Допущено в качестве учебника .— ISBN 5-8114-0483-2.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж. К. Холодов , В. С. Кузнецов .— 10-е изд., испр. — Москва : Академия, 2012 .— 480 с. : ил. — (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат) .— Библиогр.: с. 472-473. — ISBN 978-5-7695-8798-6.

### Профессиональные базы данных, информационно-справочные

7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>
8. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского <http://book.uraic.ru>
9. Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/TPFK>
10. 4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>.

### Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

### Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

<http://lib.urfu.ru> – зональная научная библиотека УрФУ.

<https://biblioclub.ru/> - ЭБС Университетская библиотека онлайн

[www.iprbookshop.ru/](http://www.iprbookshop.ru/) - ЭБС IPR BOOKS

## 3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего
-------	--------------	---	--



			документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная	
3	Консультации	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами	