

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.11.2022 09:18:23

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a8899b1190892af53989420420536101575a454e57789



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

физической культуры и спорта

ФГБОУ ВО БГПУ

О.В. Юречко

«22» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки

44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Принята

**на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	5
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	7
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	19
6 ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СТРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	35
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ	52
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	53
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	53
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	Ошибка! Закладка не определена.
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	Ошибка! Закладка не определена.

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: формирование теоретической и практической профессиональной подготовки в области физической культуры и спорта.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» относится к блоку Б1 (Б 1.О.22).

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций ОПК-3; ОПК-6; ПК-1:

ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов индикаторами достижения которой является:

- **ОПК-3.2** Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.

ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями индикаторами достижения которой является:

- **ОПК-6.2** Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.

ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по организации образовательного процесса в образовательных организациях различного уровня индикаторами достижения которой является:

- **ПК-1.1** Осуществляет образовательную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и среднего общего образования.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения студент должен

знать:

- основные ключевые понятия теории и методики физической культуры, в том числе адаптивной;
- исторические аспекты и этапы развития отечественной системы физического воспитания;
- методические направления в формировании физической культуры личности;
- современные формы построения занятий физической культурой;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений, основы их использования и решения задач физического воспитания;
- возрастные особенности развития основных физических качеств;
- формы системного использования факторов физической культуры в оздоровительных и воспитательных целях характерных для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- методику подготовки спортсменов;
- педагогические основы и возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке;
- методы организации и проведения научно-исследовательской и методической работы.

уметь:

- использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни;
- учитывать основные закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности в процессе работы;
- применять принципы физической культуры;
- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста;
- уметь овладевать новыми видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования;
- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;
- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

владеть:

- технологией обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- методами планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;
- умением выявлять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.
- навыками рационального применения тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- навыками научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» составляет 9 з.е. (324 ч.):

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Количество часов	ЗЕ
1	Теория и методика физической культуры и спорта	3	5-6	180	3
2	Теория и методика физической культуры и спорта	4	7	144	2

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа обучающихся по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4
Общая трудоемкость	324	180	144
Аудиторные занятия	46	24	22
Лекции	16	8	8
Практические занятия	30	16	14
Самостоятельная работа	261	143	118
Экзамен	22	13	9
Вид итогового контроля		Зачет Экзамен	Экзамен