

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 08.11.2022 02:50:23

Уникальный программный ключ:

a2232a55c57e5765f1a8999b1190892af53989420420336ffbf573a434e57789



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**

«23» марта 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки

44.03.05- ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Профиль

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Принята

на заседании кафедры физического воспитания

и спорта

(протокол № от «12» 15 мая 2019 г.)

Благовещенск 2019

Содержание

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	5
3 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	18
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА	35
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	62
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	63
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ	63
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	64
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	65

1 Пояснительная записка

1.1 Цель и задачи освоения учебной дисциплины: формирование теоретической и практической профессиональной подготовки в области физической культуры и спорта. Подготовка студентов к предстоящей педагогической деятельности. Овладение методами и приемами физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста. При этом особое внимание обращено на необходимость установление частных закономерностей, присущих педагогическому процессу с данным контингентом.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» относится к обязательным дисциплинам вариативной части блока Б 1. В.ОД.3.

1.2 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.
- ОПК-3.1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
- ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
- ОПК-3.3 Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.
- ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
- ОПК-6.1 Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся.
- ОПК-6.2 Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.
- ОПК-6.3 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.
- ПК-1. Способен осуществлять педагогическую деятельность по организации образовательного процесса в образовательных организациях различного уровня
- ПК-1.1 **Осуществляет** образовательную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и среднего общего образования.

- ПК-1.2 **Участвует** в разработке программы развития образовательной организации в целях повышения эффективности её функционирования.
- ПК-1.3 **Применяет** современные психолого-педагогические технологии в образовательном процессе.
- ПК-1.4 **Организует** внеурочную деятельность обучающихся.
- ПК-1.5 **Использует** современные формы и методы воспитательной работы, проектирует и реализует воспитательные программы.
- ПК-1.6 **Диагностирует** поведенческие особенности обучающихся.
- ПК-1.7 **Разрабатывает** программы индивидуального развития учащихся.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения студент должен: знать:

- основные ключевые понятия теории и методики физической культуры;
- 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;
- 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;
- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;

- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.

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;
- методами планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий со взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» составляет 9 зачетных единиц (324 часа):

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры		
		3	4	5
Общая трудоемкость	324	108	108	108
Аудиторные занятия	144	54	36	54
Лекции	62	26	14	22
Практические, лабораторные занятия	82	28	14/8	32
Самостоятельная работа	144	54	36	54
Экзамен	36		36	
Вид итогового контроля		Зачет	Экзамен	Зачет