

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

ПРЕДМЕТНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ
Теория и методика физической культуры и спорта
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Код, направление подготовки
(специальности):
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль (направленность):

Форма контроля курс

Физическая культура

Зачет 1 Экзамен 2

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
заочная

Общая трудоемкость (час / з.ед.):
216 / 6

Программу составили:

Шадрин А.Н.. доцент кафедры теоретических основ физического воспитания, канд.пед. наук, доцент

Программа подготовлена на основании учебных планов в составе ОПОП

44.03.01 Педагогическое образование: Физическая культура утвержденных Ученым советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от «27» мая 2019 г., протокол № 8.

Программа утверждена:

на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

Протокол от «20 » мая 2019 г. № 10

Срок действия программы: 2019 – 2024 гг.

И.о. зав. кафедрой: Баянкин О.В., канд. пед. наук, доцент

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ физического воспитания и спорта и привить умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.

Задачи:

- сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, интерес и познавательную активность к проблемам физической культуры;
- обеспечить усвоение студентами фундаментальных знаний теории;
- обеспечить усвоение студентами об основных закономерностях, принципах, средствах, методах и формах организации деятельности по физическому совершенствованию человека;
- сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, приобщить их к научно-исследовательской работе;
- ознакомить с программно – нормативными основами системы физической культуры;
- показать возможности физической культуры, спорта;
- обеспечить усвоение студентами истории становления общей теории и методики физической культуры и спорта, ее интегрирующая роль и место в дисциплинах направления «Физическая культура»;
- обеспечить усвоение студентами понятийный аппарат теории физической культуры и спорта;
- обеспечить усвоение студентами методологии обобщающих теоретических исследований по проблемам физической культуры и спорта;
- обеспечить усвоение студентами научно-методические, программно-нормативные основы системы физического воспитания;
- обеспечить усвоение студентами систематики средств, методов и форм физического воспитания;
- обеспечить усвоение студентами теории и технологии обучения двигательным действиям и развивающего воздействия на физические качества индивида;
- сформировать у студентов методические основы профилирования физкультурных занятий в зависимости от возрастных и других особенностей контингента занимающихся;
- обеспечить усвоение студентами тенденции развития спорта, направления спортивного движения и система подготовки спортсмена;
- обеспечить усвоение студентами физкультурно-кондиционной тренировки и другие формы системного использования факторов физической культуры в оздоровительных и иных социально важных целях;
- обеспечить усвоение студентами сути и научно-методических предпосылок профессионального мастерства специалистов по физической культуре и спорту.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Основы информационной культуры

История физической культуры и спорта

2.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Методика обучения и воспитания физической культуре

Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте

Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПК - 8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

ПК-2. Способен организовать учебно-методическое обеспечение программ по спортивной подготовке занимающихся и осуществлять коррекцию тренировочного, образовательного и методического процессов.

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
ИОПК - 8.1. Демонстрирует специальные научные знания в педагогической деятельности	Знает: - педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний - специальные научные знания в педагогической деятельности Умеет: - проектировать и осуществлять учебно-воспитательный процесс на основе специальных научных знаний - применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний - проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью - разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов Владеет: - навыками организации систематического контроля и оценки готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, техническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов - навыками организации учебно-методического обеспечения программ по спортивной подготовке занимающихся и осуществлять коррекцию тренировочного, образовательного и методического процессов.
ИОПК - 8.2. Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс на основе специальных научных знаний	
ИОПК - 8.3. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний	
ИПК-2.1. Способен проводить анализ новейших методик управления тренировочным процессом, соревновательной деятельностью	
ИПК-2.2.. Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику спортивной подготовки занимающихся, в том числе в форме электронных документов, презентаций, видеороликов, интерактивных курсов	
ИПК-2.3. Способен организовать систематический контроль и оценку готовности занимающихся к соревновательной деятельности, выявлять проблемы в организации спортивной работы и вносить коррективы в дальнейшую (физическую, тех-	

ническую, тактическую, психологическую) подготовку спортсменов	
--	--

5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Профиль (направленность)	Курс	Всего часов	Количество часов по видам учебной работы				
			Лек.	Практ.	КСР	Сам. работа	Зачет и экзамен
Педагогическое образование: Физическая культура	1	108	6	8	2	88	4
	2	108	6	6	2	85	9
Итого		216	12	14	4	173	13

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№		Раздел / Тема	Содержание	Количество часов		
				Лекц.	Практ.	Сам. работа
Курс 1						
1.	Введение в теорию и методику физической культуры и спорта.	Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности. Общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру: физические упражнения, как формы специально организованной двигательной активности человека; комплекс материальных и духовных ценностей, созданных в обществе для удовлетворения потребности в совершенствовании физических возможностей человека; Связь дисциплины ТМФВС с научной специальностью — теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Теория и методика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты её становления. Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Место дисциплины ТМФВС в государственных образовательных стандартах высшего профессионального образования. Связь дисциплины ТМФВС с научной специальностью	2	4	30	

		теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.			
2.	Вводная характеристика направлений, форм и социальных функций физической культуры и спорта.	Факторы физической культуры в аспекте их оздоровительной ценности. Двигательная деятельность как необходимый компонент существования и полноценной жизнедеятельности человека, как форма отношения к окружающему миру и способ его освоения. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека. Физическая активность человека как мотивированная систематическая деятельность Понятие физической активности как отражение активного отношения, понимания и участия личности в освоении ценностей физической культуры. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта Физическое воспитание как основной канал приобщения к ценностям, накопленным в области физической культуры и спорта. Система физического воспитания как способ объединения отдельных элементов и форм физической культуры и спорта в целостную структуру. Идейные основы системы физического воспитания, выраженные в целевых установках, для реализации которых организуется физкультурно-спортивное движение. Теоретико-методические основы системы физического воспитания, включающие научно практические знания о закономерностях, средствах и методах достижения целевых установок в области физической культуры и спорта Организационные основы системы физического воспитания, как способы сочетания деятельности различных организаций при реализации целевых установок физкультурно- спортивной деятельности.	2	2	30
3.	Общая характеристика физической культуры.	Цель и задачи функционирования физической культуры в обществе. Средства и методы формирования физической культуры личности человека Принципы как наиболее важные рекомендации, основанные на познании закономерностей физического воспитания. Иерархия принципов, регламентирующих формирование физической культуры. Положе-	2	2	30

		ния, составляющие идейную основу системы воспитания в целом и их конкретизация относительно процесса физического воспитания. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности. Рекомендации, основанные на специфических закономерностях физического воспитания: непрерывность процесса физического воспитания и системность чередования нагрузок с отдыхом; постепенность наращивания функциональных воздействий в соответствии с динамикой адаптационных процессов; цикличность построения системы занятий; адекватность физического воспитания возрастным и другим особенностям занимающихся. Нагрузка как фактор, присущий специально организованной двигательной активности, характеризующий величину ее воздействия на организм. Смысл нагрузки в процессе физического воспитания. Параметры, обуславливающие величину нагрузки. Внешняя и внутренняя сторона нагрузки, их взаимосвязь. Отдых как компонент физического воспитания. Разновидности интервалов отдыха, обусловленные его продолжительностью и операционным составом.			
Зачет					4
Итого			108	6	8
Курс 2					
1	Методические основы формирования физической культуры личности.	Методика обучения двигательным действиям Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Классификация физических упражнений: по их биомеханическим особенностям, направленности на развитие двигательных качеств или обучения двигательным действиям, спортивной технике и др. Использование «искусственной управляющей среды» (тренажерных устройств, специального оборудования) для повышения эффективности физиче-	2	2	31

		ских упражнений. Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышение уровня физических качеств в единстве Методика воспитания физических способностей. Определение понятия «физические качества», «двигательные способности, их характеристика. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств. Методика воспитания гибкости, формирования осанки и телосложения. Способы оценки уровня развития гибкости. Предпосылки, обуславливающие проявления гибкости: анатомические особенности суставов, эластические свойства мышц и связочного аппарата, качество межмышечной координации. Закономерности биологического развития, обуславливающие задачи, средства и методика воспитания гибкости. Формирование осанки. Формирование телосложения. Представление о нормальном телосложении как гармонии пропорций тела, мышечных объемов, необходимых для сохранения здоровья и повседневной учебной, трудовой и другой деятельности. Возможности физического воспитания для формирования желаемых параметров тела. Методика увеличения мышечной массы. Методика устранения избыточной массы тела. Создание условий для всестороннего развития человеческих способностей как генеральная линия всей системы воспитания, опасности, возникающие в случае отклонения от нее. Объективное единство физического и духовного развития человека как предпосылка взаимосвязи различных сторон воспитания. Специфичность и генерализованность физических и психических проявлений человека, обуславливающая возможность совершенствования свойств человека с помощью различных средств. Факторы направленного			
--	--	--	--	--	--

		формирования личности. Неоднозначность влияния занятий физическими упражнениями на личность занимающихся. Роль преподавателя как главного фактора формирования личности в процессе физического воспитания. Требования к личности и профессиональной подготовленности преподавателя физической культуры и спорта. Основы методики формирования личности. Убеждение и приучение как основа побуждения к социально значимым поступкам. Формирование убеждения в приоритете общечеловеческих ценностей. Поощрение и наказание как педагогические приемы. Воспитательная функция коллектива. Самовоспитание, основанное на самопознании, самооценке, самоприучении, самопреодолении, саморегуляции. Аспекты нравственного, умственного, трудового и эстетического воспитания в процесс физического воспитания. Условия, повышающие эффективность воспитания. Формы построения занятий физическими упражнениями. Урочные и неурочные формы. Урок — основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самостоятельные занятия, игры и состязания. Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач. Формы физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, в школе, в учреждениях дополнительного образования. Взаимосвязь формы и содержания занятий. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий Оценка эффективности физкультурно- спортивных занятий. Разнообразие форм занятий, обусловленное особенностями их содержания. Основные и дополняющие формы занятий. Классификация форм занятий физическими упражнениями. Общие черты структуры различных форм занятий, обусловленные динамикой работоспособности занимающихся.			
--	--	---	--	--	--

		Способы оценки динамики оперативной работоспособности. Типичное содержание частей занятия. Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах физического воспитания и спорта. Программы в системе планирования. Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля — предварительный, текущий, итоговый. Учет успеваемости.			
2	Возрастные особенности физического воспитания.	Особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста Возрастные особенности дошкольников: периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка; формирование опорно-двигательного аппарата. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы физического воспитания дошкольников (в яслях, в дошкольном образовательном учреждении, в семье). Значение и задачи физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста.	2	2	28

		Задачи, средства, особенности методики. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Задачи, содержание, особенности методики в зависимости от уровня физического развития и характера заболевания. Физическое воспитание во вспомогательных школах. Особенности задач, средств, методики в зависимости от состояния здоровья и дефектов развития. Адаптивная физическая культура. Физическое воспитание в школах-интернатах и детских домах. Специфика контингента. Особенности режима дня. Направленность и формы организации физического воспитания. Особенности физического воспитания детей школьного возраста. Формы организации физического воспитания в школе: урок физической культуры; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы занятий, общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия. Формы организации физического воспитания в учреждениях дополнительного образования: школы высшего спортивного мастерства; СДЮШОР, ДЮСШ, ДЮКФП; спортивные секции и кружки домов школьника, стадионов, парков культуры и отдыха, спортивно-оздоровительные, трудовые, военно-спортивные, оздоровительные лагеря. Формы физического воспитания в семье: мероприятия в режиме дня, самостоятельные занятия, прогулки, семейные походы. Структура программ, направленность и содержание частей программы. Связь и взаимообусловленность разделов программы. Отражение в содержании программы прикладной подготовки (базовый компонент). Реализация содержания программы в зависимости от национальных и географических особенностей региона страны (вариативный компонент). Школьный урок физической культуры — основная форма учебной работы. Требования к уроку. Структура урока. Постановка задач. Построение и содержание уроков, обеспечивающие эффек-			
--	--	---	--	--	--

		тивность решения поставленных задач. Подготовка учителя к уроку. Организация, активизация и оценка деятельности учащихся на уроке. Дозирование нагрузки на уроке. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач. Методика формирования навыка самостоятельно заниматься физическими упражнениями. Домашние задания по физическому воспитанию: цель, задачи, виды, направленность, формы организации, контроль и оценка выполнения. Цель, задачи, направленность, содержание других форм физического воспитания в режиме учебного дня / Особенности физического воспитания студенческой молодежи Современные тенденции физического воспитания взрослого населения страны. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения: специальные, основные и спортивные. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. Оценка успеваемости. Формы физического воспитания во внеурочное время: занятия в спортивных секциях, внутривузовские соревнования, физкультурно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительная работа в студенческих общежитиях, оздоровительно-спортивных лагерях Физическая культура в повседневной жизни взрослого Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности, пожилым и старшем возрасте. Научно-технический прогресс и его влияние на жизнедеятельность человека (интенсификация темпа жизни, отрицательные эмоции, режим питания, гиподинамия, акселерация). Роль физической культуры в научной организации труда и отдыха (утомление и восстановление, средства физической культуры в режиме трудового дня). Самостоятельные занятия в свободное время для укрепления здоровья. Методические особенности отдельных направлений: физкультурно-гигиеническое и оздоровительно-рекреационное; общеподготовительное; спор-			
--	--	--	--	--	--

		тивное и профессионально- прикладное. Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте, содержание и организационно-методические особенности занятий. Профессиональная физическая подготовка. Теоретические аспекты. Профессиональная физическая подготовка как средство и метод прогнозирования и развития способностей к трудовой деятельности. Особенности методики. Формирование профессионализма специалистов по физическому воспитанию. Сущность профессионализма. Акмеология — наука о наивысшем уровне развития человека (акме — вершина) и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов по физической культуре и спорту (педагогов, преподавателей, тренеров); физкультурно-спортивное самосовершенствование личности. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Стандарты профессионального физкультурного образования. Характеристика учебных планов и программ. Сферы приложения труда педагогов, специалистов по физической культуре и спорту			
3	Теория спортивных соревнований.	Соревновательная деятельность и ее структура. Общая характеристика системы подготовки спортсменов. Методика совершенствования различных сторон подготовленности спортсменов. Структура подготовки спортсменов. Тренировка как составная часть подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Принципы тренировки. Основные стороны (составные части) тренировки. Тренировочные нагрузки. Соревновательные нагрузки. Характер отдыха, сочетание с нагрузками	2	2	28
Экзамен					9
Итого			6	6	96
Всего			12	14	190

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ:

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ: Приложение 1.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

9.1. Рекомендуемая литература: Приложение 2.

9.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.edu.ru> .

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai> .

Физкультура - сайт учителей физической культуры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fizcultura.ucoz.ru/> .

Я иду на урок физкультуры [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://spo.1sept.ru/urok/>

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2>

Физическая культура в школе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://firstedu.ru/zhurnaly/fizicheskaya-kultura-v-shkole/>

Библиотека советской физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sportlib.su/>

SPORTWIKI – спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sportwiki.to>

StudFiles файловый архив студентов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studfiles.net/preview/>

StudBooks/net – студенческая библиотека онлайн [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studbooks.net/>

Федеральный портал школьных цифровых образовательных ресурсов» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>.

9.3. Перечень программного обеспечения:

1. Пакет Microsoft Office.
2. Пакет LibreOffice.
3. Пакет OpenOffice.org.
4. Операционная система семейства Windows.
5. Операционная система Linux.
6. Интернет браузер.
7. Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu.
8. Медиа проигрыватель.
9. Программа 7zip.
10. Пакет Kaspersky Endpoint Security 10 for Windows.
11. Редактор изображений Gimp.

9.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем: Приложение 3

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
3. Аудио, -видеоаппаратура.
4. Учебно-наглядные пособия.
5. Учебники, учебные пособия.
6. Периодическая и научная литература.
7. Наглядные пособия (таблицы, схемы)
8. Карточки раздаточного материала.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:

Учебная работа проводится в форме лекций, семинарских занятий и самостоятельной работы студентов. На лекциях студенты получают наиболее важные теоретические знания определённой темы, затруднительные для самостоятельного изучения. В конце каждой лекции называются литературные источники, которые позволят подготовиться к семинарским занятиям. Сообщается тема следующей лекции, задаются вопросы преподавателям по темам дисциплины.

Для эффективного овладения курсом «Теория и методика физической культуры и спорта» предлагаются следующие методические рекомендации.

1. В ходе изучения курса используйте современные источники знаний по проблемам теории и методики физического воспитания: учебники, изданные в последние годы, ресурсы Интернет, научные статьи, опубликованные в журналах. Например, в журнале "Физическая культура в школе" публикуются статьи по наиболее сложным и актуальным проблемам организации учебного процесса.

2. Сопоставляйте знания, полученные при изучении теоретических источников, раскрывающих технологии применения теоретических подходов с практическими навыками, полученными в ходе занятий, отслеживайте пробелы в теории и практике.

3. При изучении основных разделов, тем, вопросов курса ставьте конкретные цели (что узнать, чему научиться, какие способности сформировать или усовершенствовать), определяйте сроки достижения этих целей (промежуточные и итоговые).

4. В ходе работы над содержанием курса для углубленного и детального изучения отбирайте наиболее значимые для предстоящей педагогической деятельности концепции, теории, понятия.

5. Обращайте внимание на новые подходы, аспекты и оценки педагогических явлений и процессов, изученных на предыдущих этапах Вашего педагогического образования.

6. Сравнивайте подходы разных авторов к раскрытию существенных свойств изучаемых педагогических явлений и процессов.

7. Соотносите изучаемые теоретические положения с известными педагогическими фактами, оценивайте практическую ценность изучаемых положений, возможности их применения в современных образовательных учреждениях.

8. Используйте различные способы отбора, систематизации и структурирования знаний о педагогическом процессе: накапливайте электронные ресурсы, конспектируйте наиболее значимые положения, составляйте таблицы, разрабатывайте схемы и модели, в которых отражены наиболее существенные характеристики изучаемых педагогических явлений и процессов.

9. Осуществляйте пошаговый и итоговый самоконтроль за процессом усвоения теории и практики, используйте различные критерии самооценки: полнота знаний, систематичность, оперативность, гибкость знаний и т.д.

При подготовке к семинарским занятиям следует использовать основную и дополнительную литературу из представленного списка. На семинарских занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике семинарских занятий.

В рамках изучения учебных дисциплин необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет.

Целями самостоятельной работой студента является:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, в соответствии с технологической картой дисциплины и может содержать в себе следующее задания:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);
- выполнение контрольных работ;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet (использование аудио- и видеозаписи);
- составление схем, таблиц, для систематизации учебного материала;
- выполнение тестовых заданий;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, рефератов, конспектов занятий;
- подготовка к зачету;
- подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения.

Изучение дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» предполагает наличие текущих контролей и промежуточной аттестации по дисциплине.

Для подготовки доклада или сообщения:

1. выбрать из списка заданий для самостоятельной работы интересующую тему;
2. используя предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме;
3. подготовить текст сообщения (не более 1,5-3 страниц машинописного или рукописного текста);
4. доложить на практическом занятии.

Для подготовки к зачету и экзамену:

1. Ознакомиться с перечнем экзаменационных вопросов.
2. Прочитать записи лекций.
3. Прочитать конспекты семинарских занятий.
4. Внести недостающие термины в глоссарий.

5. С вопросами, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным источникам в списке основной литературы РПД.

По окончании изучения дисциплины " Теория и методика физической культуры и спорта" проводятся зачет и экзамен. Оценка уровня знаний осуществляется в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов АлтГПУ.

Методические рекомендации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Специальные условия обучения в АлтГПУ определены «Положением об инклюзивном образовании» (утверждено приказом ректора от 25.12.2015 г. № 312/1п). Данным «Положением» предусмотрено заполнение студентом при зачислении в университет анкеты «Определение потребностей обучающихся в создании специальных условий обучения», в которой указываются потребности лица в организации доступной социально-образовательной среды и помощи в освоении образовательной программы.

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования.

Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера).

Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. Срок получения высшего образования при обучении по индивидуальному учебному плану для лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть при необходимости увеличен, но не более чем на год.

При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий:

- проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения.
- выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки;
- применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем;
- дистанционную форму индивидуальных консультаций, выполнения заданий на базе платформы «Moodle». Основным достоинством дистанционного обучения для лиц с ОВЗ является то, что оно позволяет полностью индивидуализировать содержание, методы, формы и темпы учебной деятельности инвалида, следить за каждым его действием и операцией при решении конкретных задач; вносить вовремя необходимые коррекции как в деятельность студента-инвалида, так и в деятельность преподавателя. Дистанционное обучение также позволяет обеспечивать возможности коммуникаций не только с преподавателем, но и с другими обучаемыми, сотрудничество в процессе познавательной деятельности (форум, вебинар, skype-консультирование). Эффективной формой проведения он-

лайн-занятий являются вебинары, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью сетевого взаимодействия всех участников дистанционного обучения.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподаватели, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на зачете или экзамене, выполнения задания по самостоятельной работе.

Студент с ограниченными возможностями здоровья обязан:

- выполнять требования образовательных программ, предъявляемые к степени овладения соответствующими знаниями;
- самостоятельно сообщить в соответствующее подразделение по работе со студентами с ОВЗ о наличии у него подтвержденной в установленном порядке ограниченных возможностей здоровья, жизнедеятельности и трудоспособности (инвалидности) необходимости создания для него специальных условий.

Список литературы

Код: 44.03.01

Направление: Педагогическое образование: Физическая культура

Программа: zФК44.03.01_2020.plx

Дисциплина: Теория и методика физической культуры и спорта (заочн.отд.)

Кафедра: Теоретических основ физического воспитания

Тип	Книга	Количество
Основная	Асташина М. П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. П. Асташина. — Омск: СибГУФК, 2014. — 188 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/65008.html .	9999
Основная	Кокоулина О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебно-практическое пособие / О. П. Кокоулина. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/11049 .	9999
Основная	Мухина М. П. Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. П. Мухина. — Омск: СибГУФК, 2014. — 402 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/64970.html .	9999
Основная	Теория, методика и практика физического воспитания: учебное пособие / А. В. Сафошин, Ч. Т. Иванков, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова ; Московский педагогический государственный университет. — Москва: МПГУ, 2019. — 392 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/94698.html . — Текст (визуальный) : электронный.	9999
Дополнительная	Карась Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — URL: http://www.iprbookshop.ru/85832.html .	9999
Дополнительная	Теория и методика обучения предмету "Физическая культура": учебное пособие для студентов вузов / [Ю. Д. Железняк и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. — М.: Академия, 2010. — 271 с.: ил.	48
Дополнительная	Теория и методика физической культуры: учебник для студентов вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. — М.: Советский спорт, 2007. — 463 с.: ил.	196
Дополнительная	Теория и практика физической культуры: научно-теоретический журнал. — Москва: Теория и практика физической культуры и спорта, 1973-. — URL: http://www.teoriya.ru .	1
Дополнительная	Физическая культура в школе: научно-методический журнал. — Москва: Школьная Пресса, 1969-. — URL: http://www.schoolpress.ru .	1
Дополнительная	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. — М.: Теория и практика физической культуры, 2004-. — URL: http://www.teoriya.ru .	1

Согласовано:

Преподаватель

(подпись, И.О. Фамилия)

и.о. Заведующий кафедрой

(подпись, И.О. Фамилия)

Отдел книгообеспеченности НИБ АлтГПУ

(подпись, И.О. Фамилия)