

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.О.20 Теория физической культуры

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль/направленность/специализация: Физкультурное образование и БЖД

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2018

**Автор программы:**

Кандидат педагогических наук, доцент Сютин Игорь Игоревич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование  
Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «17» дек.  
Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Про

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| 1 Цели и задачи дисциплины.....  | 4  |
| 2 Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....   | 4  |
| 3 Объем и содержание дисциплины.....   | 5  |
| 4 Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....                            | 11 |
| 5 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....               | 19 |
| 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....                         | 20 |
| 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональны | 20 |

## 1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способен планировать и вести образовательную работу с детьми в образовательных организаци

ПК-2 Способен проводить учебные занятия, опираясь на актуальные достижения для современной си

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоени  
- педагогический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

| Обобщенные трудовые  | Код и наименование к                                 | Индикаторы достижения комп                          |
|--|--|---|
| - А/01.6 Общепедагогическ<br>- А/02.6 Воспитательная д<br>- В/02.6 Педагогическая д<br>- В/03.6 Педагогическая д | ПК-1 Способен планироват<br>по индивидуальным учебни | Планирует образовательную работу с детьми в различн |
| - А/01.6 Общепедагогическ<br>- А/02.6 Воспитательная д   | ПК-2 Способен проводить<br>педагогической и психолог | Определяет актуальные достижения современной систе  |

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способен планировать и вести образовательную работу с детьми в образовател

| №<br>п/п | Наименование дисциплины           | Форма обучения     |   |   |   |   |   |   |                      |   |   |   |   |   |  |
|----------|-----------------------------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|----------------------|---|---|---|---|---|--|
|          |                                   | Очная<br>(семестр) |   |   |   |   |   |   | Заочная<br>(семестр) |   |   |   |   |   |  |
|          |                                   | 2                  | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 2 | 3                    | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 |  |
| 1        | Адаптационная дисциплина          |                    |   |   | + |   |   |   |                      |   |   | + |   |   |  |
| 2        | Ознакомительная практика          | +                  | + |   |   |   |   | + | +                    | + | + |   |   |   |  |
| 3        | Педагогика и психология           |                    |   |   | + |   |   |   |                      |   |   | + |   |   |  |
| 4        | Педагогическая практика           |                    |   | + | + | + | + |   |                      |   | + | + | + | + |  |
| 5        | Психология физического воспитания |                    |   |   | + |   |   |   |                      |   |   | + |   |   |  |

ПК-2 Способен проводить учебные занятия, опираясь на актуальные достижения дл

| №<br>п/п | Наименование д       | Форма обучения     |   |   |   |   |   |   |   |   |    |                      |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|----------|----------------------|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|          |                      | Очная<br>(семестр) |   |   |   |   |   |   |   |   |    | Заочная<br>(семестр) |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|          |                      | 1                  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 1                    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1        | Анатомия и физиолог  | +                  | + | + |   |   |   |   |   |   |    | +                    | + | + |   |   |   |   |   |   |    |
| 2        | Введение в проектну  |                    |   |   | + |   |   |   |   |   |    |                      |   |   | + |   |   |   |   |   |    |
| 3        | Естественно-научные  | +                  | + | + |   |   |   |   |   |   |    | +                    | + | + |   |   |   |   |   |   |    |
| 4        | Методика обучения и  |                    |   |   |   |   |   |   |   | + | +  |                      |   |   |   |   |   |   |   | + | +  |
| 5        | Педагогическая практ |                    |   |   |   | + | + |   | + | + |    |                      |   |   |   | + | + |   | + | + |    |
| 6        | Психология физическ  |                    |   |   |   |   | + |   |   |   |    |                      |   |   |   |   | + |   |   |   |    |
| 7        | Теория и методика из | +                  | + | + | + | + | + | + | + | + | +  | +                    | + | + | + | + | + | + | + | + | +  |
| 8        | Теория и методика об | +                  | + | + | + | + | + | + | + | + |    | +                    | + | + | + | + | + | + | + | + | +  |
| 9        | Физическое воспитан  |                    |   |   |   |   |   |   |   | + | +  |                      |   |   |   |   |   |   |   | + | +  |

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Теория физической культуры» относится к обязательной части учебного плана ОП по н

Дисциплина «Теория физической культуры» изучается в 5, 6, 7 семестрах.

### 3.Объем и содержание дисциплины

#### 3.1.Объем дисциплины: 8 з.е.

Очная: 8 з.е.

Заочная: 8 з.е.

| Вид учебной работы                   | Очная<br>(всего часов) | Заочная<br>(всего часов) |
|--------------------------------------|------------------------|--------------------------|
| <b>Общая трудоёмкость дисциплины</b> | <b>288</b>             | <b>288</b>               |
| Контактная работа                    | 128                    | 30                       |
| Лекции (Лекции)                      | 22                     | 8                        |
| Лабораторные (Лаб. раб.)             | 22                     | 4                        |
| Практические (Практ. раб.)           | 84                     | 18                       |
| Самостоятельная работа (СР)          | 122                    | 239                      |
| Курсовая работа                      | 2                      | 2                        |
| Экзамен                              | 36                     | 13                       |
| Зачет                                | -                      | 4                        |

#### 3.2.Содержание курса:

| №<br>темы | Название ра         | Вид учебной работы, |     |        |   |       |   |    |    | Формы теку   |
|-----------|---------------------|---------------------|-----|--------|---|-------|---|----|----|--------------|
|           |                     | Лекц                |     | Лаб. р |   | Практ |   | СР |    |              |
|           |                     | О                   | З   | О      | З | О     | З | О  | З  |              |
| 5 семестр |                     |                     |     |        |   |       |   |    |    |              |
| 1         | Теория и методика ф | 2                   | 0,5 | -      | - | 4     | 1 | 8  | 10 | Собеседова   |
| 2         | Основные понятия ф  | 2                   | 0,5 | -      | - | 4     | 1 | 8  | 12 | Собеседова   |
| 3         | Основы, принципы    | 2                   | 1   | -      | - | 4     | 1 | 8  | 12 | Собеседован  |
| 4         | Средства физическо  | 2                   | -   | -      | - | 4     | 1 | 8  | 12 | Собеседова   |
| 5         | Техника физических  | 2                   | -   | -      | - | 4     | 2 | 10 | 12 | Собеседовани |
| 6 семестр |                     |                     |     |        |   |       |   |    |    |              |
| 6         | Нагрузка и отдых ка | -                   | 2   | -      | - | 8     | 1 | 4  | 12 | Собеседова   |
| 7         | Общепедагогически   | -                   | -   | -      | - | 8     | 1 | 6  | 12 | Собеседова   |
| 8         | Общепедагогически   | -                   | -   | -      | - | 8     | 1 | 6  | 12 | Собеседован  |
| 9         | Основы обучения д   | -                   | -   | -      | - | 8     | 1 | 6  | 12 | Собеседова   |
| 10        | Воспитание двигате  | -                   | -   | -      | - | 10    | 2 | 6  | 12 | Собеседовани |
| 7 семестр |                     |                     |     |        |   |       |   |    |    |              |
| 11        | Теоретико-методиче  | 1                   | 0,5 | 2      | 2 | 2     | - | 6  | 14 | Собеседова   |
| 12        | Теоретико-методиче  | 1                   | 0,5 | 2      | 2 | 2     | 1 | 6  | 17 | Собеседова   |
| 13        | Теоретико-методиче  | 2                   | 0,5 | 2      | - | 2     | 1 | 8  | 18 | Собеседован  |
| 14        | Теоретико-методиче  | 2                   | 0,5 | 4      | - | 4     | 1 | 8  | 18 | Собеседова   |
| 15        | Теоретико-методиче  | 2                   | 0,5 | 4      | - | 4     | 1 | 8  | 18 | Собеседова   |
| 16        | Формирование спец   | 2                   | 0,5 | 4      | - | 4     | 1 | 8  | 18 | Собеседова   |
| 17        | Связь различных ви  | 2                   | 1   | 4      | - | 4     | 1 | 8  | 18 | Собеседован  |

### Тема 1. Теория и методика физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина (ПК-1)

#### Лекция.

Предметы изучения и преподавания, их взаимосвязь. Источники и этапы развития теории и методики Исторический характер физического воспитания: причины возникновения и развития, система физиче

#### Практическое занятие.

Характеристика ТиМФВ как учебной дисциплины.

Характеристика ТиМФВ как научной дисциплины.

Структура предмета ТиМФВ, его основные разделы.

Предмет изучения и преподавания теории физического воспитания.

Предмет изучения и преподавания методики физического воспитания.

Основные причины возникновения физического воспитания в обществе.

Источники возникновения и развития теории и методики физического воспитания, их характеристика

Этапы развития теории и методики физического воспитания, их характеристика.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение основной и дополнительной литературы. Написание конспекта.

### **Тема 2. Основные понятия системы физического воспитания (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Цель и задачи системы физического воспитания. Характеристика основных понятий системы.

Основные направления и принципы системы физического воспитания.

#### **Практическое занятие.**

Физическая культура и спорт как социальные феномены.

Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.

Основные понятия физической культуры, их соотношение: физическая культура, спорт, физическое воспитание.

Цель и задачи системы физического воспитания в России.

Основные направления системы физического воспитания.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка презентаций, подготовка к тестированию.

Тематика рефератов.

Подготовить сообщения:

- о высказываниях известных философов, ученых, врачей, педагогов о значении физической культуры
- П.Ф. Лесгафт – основоположник системы физического воспитания в России.

### **Тема 3. Основы, принципы системы физического воспитания в РФ (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Основы системы физического воспитания: мировоззренческая, научная, программно-нормативная, методическая.

Принципы системы физического воспитания: оздоровительной направленности, всестороннего и гармоничного развития личности.

#### **Практическое занятие.**

Принципы системы физического воспитания.

Характеристика основ системы физического воспитания во взаимосвязи с экономической, правовой, социальной сферами.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка презентаций, подготовка к тестированию.

Тематика рефератов.

Подготовить сообщения:

- о высказываниях известных философов, ученых, врачей, педагогов о значении физической культуры
- П.Ф. Лесгафт – основоположник системы физического воспитания в России.

### **Тема 4. Средства физического воспитания (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Средства физического воспитания как целостная система воздействия на совершенствование человека.

#### **Практическое занятие.**

Средства физического воспитания как целостная система воздействия.

Физические упражнения – основное средство физического воспитания.

Гигиенические факторы как вспомогательное средство физического воспитания.

Естественные силы природы как вспомогательное средство физического воспитания.

Понятия «движение», «двигательное действие», «физическое упражнение», «двигательная деятельность».

Факторы, определяющие воздействия упражнений.

Характерные признаки физических упражнений, их отличие от трудовых действий.

Содержание физических упражнений (оздоровительное значение, образовательная роль, влияние на л

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Выполнение домашней работы с привлечением основной и дополнительной литературы.

На примере физических упражнений, представленных в книгах «Дополнительная литература» выделить

Составить конспект занятия «круговой тренировки» (вид спорта в соответствии со специализацией ст

### **Тема 5. Техника физических упражнений (ПК-2)**

#### **Лекция.**

Общее понятие о технике двигательных действий. Определение понятий «техника» (стандартная, тип

#### **Практическое занятие.**

Понятия «движение», «двигательное действие», «физическое упражнение», «двигательная деятельность».

Техника физических упражнений: понятия «техника», «стандартная техника», «типовая техника», «п

Части техники, фазы физического упражнения.

Пространственные характеристики физического упражнения.

Временные характеристики физического упражнения.

Пространственно-временные характеристики физического упражнения.

Ритм – как комплексная характеристика техники физических упражнений.

Критерии эффективности техники исполнения.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Выполнение домашней работы с привлечением основной и дополнительной литературы.

На примере физических упражнений, представленных в книгах «Дополнительная литература» выделить

Составить конспект занятия «круговой тренировки» (вид спорта в соответствии со специализацией ст

### **Тема 6. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения (ПК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Понятие «нагрузка» и «отдых» как взаимосвязанные компоненты физического упражнения.

Особенности взаимодействия параметров «внешняя» и «внутренняя» сторона нагрузки.

Соотношение параметров объема и интенсивности в различных упражнениях. Показатели объема и ин

Обратнопропорциональное соотношение параметров нагрузки.

Восстановительная и регулирующая роль отдыха.

Типы интервалов отдыха в процессе упражнений: ординарный, напряженный, «минимакс»-интервал.

Типы интервалов отдыха между занятиями: ординарный, жесткий, суперкомпенсаторный.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение пройденного материала с привлечением основной и дополнительной литературы.

Разработка таблицы характеристик упражнений различной относительной мощности.

Разработка таблицы классификации нагрузок по общим критериям вызываемого ими утомления.

### **Тема 7. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания (ПК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Определения понятий «метод», «методический прием», «методика обучения», «специфические метод

Общие требования к методам обучения.

Характеристика методов строго регламентированного упражнения.

Характеристика методов обучения двигательным действиям.

Характеристика методов воспитания физических качеств.

Характеристика игрового метода обучения.

Характеристика соревновательного метода обучения.

Характеристика словесных методов в обучении физическим упражнениям.

Требования, применяемые к специальной терминологии.

Характеристика наглядных методов в обучении физическим упражнениям.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Закрепление пройденного материала с привлечением основной и дополнительной литературы.

Изучение соотношения характеристики методов предложенных Б.А. Ашмариним, Л.П. Матвеевым, У

### **Тема 8. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания (ПК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Особенности реализации принципов при обучении детей, классификация принципов.

Принципы сознательности и активности, их взаимосвязь и характеристика.

Значение принципа наглядности в обучении.

Характеристика принципа систематичности.

Реализация принципов постепенности и последовательности о обучении двигательным действиям и в

Значение принципа индивидуализации для повышения эффективности обучения.

Характеристика индивидуальных различий детей.

Характеристика принципов прочности и доступности в обучении.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, выполнение домашнего задания, подготовка к тестированию

В конспектах лекций сделать рисунки и схемы иллюстрирующие:

-непрерывность процесса физического воспитания, которая обеспечивает преемственность эффекта з

- типы интервалов между занятиями и варианты их использования в микроциклах.

### **Тема 9. Основы обучения двигательным действиям (ПК-1)**

#### **Практическое занятие.**

Характеристика понятий: «элементарное двигательное умение», «двигательный навык», «двигательн

Характерные признаки «двигательного умения».

Характерные признаки «двигательного навыка».

Характерные признаки и разновидности умений высшего порядка.

Этапы обучения двигательным действиям.

Характеристика этапа ознакомления с двигательным действием.

Характеристика этапа начального разучивания движений.

Задачи, характерные методы и признаки этапа закрепления приобретенного элементарного умения.

Задачи, характерные методы и признаки этапа обучения применению знаний и навыков в различных ;

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Конспектироват

### **Тема 10. Воспитание двигательно-координационных способностей (ПК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Характеристика понятий и терминов: «двигательные качества», «физические качества», «психомото

Закономерности развития двигательных качеств: гетерохронность, этапность, фазность, перенос двиг

Реализация принципа соответствия педагогических воздействий в процессе воспитания физических к

Реализация принципа развивающего эффекта педагогических воздействий в процессе воспитания фи

Реализация принципа сопряженного воздействия в процессе воспитания физических качеств.

Реализация принципа вариативности решения двигательных задач в процессе воспитания физически

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со



Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-

## **Тема 11. Теоретико-методические основы воспитания силы (ПК-2)**

### **Лекция.**

Исходные понятия и термины: «сила», «силовые способности», «развитие силы», «абсолютная и относительная сила».  
Классификация основных средств развития силы (упражнения с преодолением тяжести собственного тела, упражнения с преодолением тяжести внешних предметов).  
Методы развития силы (повторный, повторно-прогрессирующий, переменный, метод максимальных усилий).  
Критерии и методы оценки развития силы.

Возрастные особенности развития силы.

### **Практическое занятие.**

Реализация принципа вариативности решения двигательных задач в процессе воспитания физической силы.  
Соотношение понятий «сила», «абсолютная и относительная сила», «взрывная» сила, «момент силы».  
Внешние, внутренние факторы, определяющие проявление силы.

Изометрический, изостатический, миоэлектрический, изокинетический, плиометрический режимы на тренировке.  
Классификация силовых упражнений по задействованности мышц тела в выполнение упражнения: упражнения с участием одной или нескольких мышечных групп.  
Классификация силовых упражнений по особенностям отягощения: упражнения с преодолением тяжести собственного тела, упражнения с преодолением тяжести внешних предметов.  
Методы развития силы (повторный, повторно-прогрессирующий, переменный, метод максимальных усилий).  
Критерии и методы оценки развития силы.

Возрастные особенности развития силы.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщение на тему: «Сила и силовые способности».  
Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-

## **Тема 12. Теоретико-методические основы воспитания быстроты (ПК-2)**

### **Лекция.**

Определение понятия «быстрота», «скоростные способности». Разновидности проявления быстроты (простая и сложная двигательная реакция).

### **Практическое занятие.**

Определение понятия «быстрота», «скоростные способности».

Разновидности проявления быстроты (время простой и сложной двигательной реакции, быстрота одной и нескольких мышечных групп).  
Взаимные связи различных видов проявления быстроты.

Основные средства развития различных видов быстроты.

Методы развития скоростных способностей.

Критерии и методы оценки развития различных видов быстроты.

Возрастные особенности развития быстроты.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщение на тему: «Быстрота и скоростные способности».  
Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражнений-

## **Тема 13. Теоретико-методические основы воспитания выносливости (ПК-2)**

### **Лекция.**

Определение понятия «выносливость». Соотношение понятий «выносливость» и «физическая работоспособность».

### **Практическое занятие.**

Определение понятия «выносливость». Соотношение понятий «выносливость» и «физическая работоспособность».  
Виды выносливости по зонам мощности, общая и специальная выносливость.

Основные средства развития различных видов выносливости.

Методы развития выносливости.

Критерии и методы оценки развития выносливости.

Возрастные особенности развития выносливости.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со-  
Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражнеи

## **Тема 14. Теоретико-методические основы воспитания гибкости (ПК-2)**

### **Лекция.**

Исходные понятия и термины. Общая характеристика гибкости, группировка; взаимообусловленност

### **Практическое занятие.**

Определение понятия «гибкость». Соотношение понятий «гибкость» и «подвижность». «Выворотнос  
Активная и пассивная подвижность в суставах.

Закономерности развития гибкости (морфологические, физиологические, психологические и внешнес  
Средства развития активной и пассивной гибкости.

Методы развития выносливости.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со-  
Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-

## **Тема 15. Теоретико-методические основы воспитания ловкости (ПК-2)**

### **Лекция.**

Определение понятий «ловкость», «координационные способности».

Координационная сложность, точность движения, чувство пространства и времени как характеристик

### **Практическое занятие.**

Определение понятий «ловкость», «координационные способности».

Координационная сложность, точность движения, чувство пространства и времени как характеристик  
Закономерности развития координационных способностей.

Средства развития ловкости.

Методы развития ловкости.

Критерии и методы оценки ловкости.

Возрастные особенности развития ловкости.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со-  
Составить конспект методов исследования и упражнений-тестов, используемых для оценки развити

## **Тема 16. Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания (ПК-1)**

### **Лекция.**

Постановка задач. Специальные знания как определенная система фактов и закономерностей. Значени

### **Практическое занятие.**

Содержание раздела «Знания» в Комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 клас

### **Задания для самостоятельной работы.**

Постановка задач образовательной, оздоровительной, воспитательной направленности при составлен  
Разработка конспектов по тематике Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 :

## **Тема 17. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания (ПК-1)**

### **Лекция.**

Общая направленность и комплексность воспитательных воздействий физического воспитания. Веду

### **Практическое занятие.**

Единство физического и духовного развития человека – предпосылка взаимосвязи различных сторон  
Роль физической культуры и спорта в условиях научно-технического прогресса и информатизации. Кс

### **Задания для самостоятельной работы.**

# Эссе «Роль личности спортивного педагога в формировании подрастающего поколения».

## 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

### 4.1. Распределение баллов:

#### 5 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов

#### Распределение баллов по заданиям:

| № т<br>мы | Название т     | Формы  | Мах. ко | Методика проведения занятия и оце  |
|-----------|----------------|--|---------|--|
| 1.        | Теория и мето  | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 2.        | Основные п     | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 3.        | Основы, при    | <b>Собеседо<br/>вание,<br/>опрос(ко<br/>нтрольн<br/>ый срез)</b> | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                | Тестир   | 15      | 15 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>10 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тест<br>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
| 4.        | Средства ф     | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 5.        | Техника ф      | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                | Тестир   | 15      | 15 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>10 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тест<br>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
|           |                | <b>Тестиров<br/>ание(кон<br/>трольны<br/>й срез)</b>             | 10      | 10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте<br>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
| 6.        | Посещаемость   |  | 10      | 10 баллов – студент посетил все 100% занятий<br>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий<br>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий<br>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий<br>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются |
| 7.        | Премиальные б  |  | 10      | Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены:<br>за посещаемость занятий и активное участие в практических занят  |
| 8.        | Итого за семес |  | 100     |  |

## 6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов

## Распределение баллов по заданиям:

| № т<br>мы | Название т     | Формы  | Мах. ко | Методика проведения занятия и оце  |
|-----------|----------------|--|---------|--|
| 1.        | Нагрузка и от  | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 2.        | Общепедагог    | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 3.        | Общепедагог    | <b>Собеседо<br/>вание,<br/>опрос(ко<br/>нтрольн<br/>ый срез)</b> | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                | Тестир   | 15      | 15 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>10 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тест<br>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
| 4.        | Основы об      | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 5.        | Воспитание     | Собесе   | 10      | 10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовк<br>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                | Тестир   | 15      | 15 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>10 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тест<br>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
|           |                | <b>Контрол<br/>ьная<br/>работа(к<br/>онтрольн<br/>ый срез)</b>   | 10      | 10 балов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>5 баллов- студент умеет применять полученную при подготовке к<br>3 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не      |
| 6.        | Посещаемость   |  | 10      | 10 баллов – студент посетил все 100% занятий<br>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий<br>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий<br>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий<br>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются |
| 7.        | Премиальные б  |  | 10      | Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены:<br>за посещаемость занятий и активное участие в практических занят  |
| 8.        | Итого за семес |  | 100     |  |

## 7 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 45 баллов

- контрольные срезы – 2 среза: 5 баллов, 10 баллов
- премиальные баллы – 10 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

| № т<br>мы | Название т       | Формы  | Мах. ко | Методика проведения занятия и оце  |
|-----------|------------------|--|---------|--|
| 1.        | Теоретико-м      | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 2.        | Теоретико-м      | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 3.        | Теоретико-м      | <b>Собеседо<br/>вание,<br/>опрос(ко<br/>нтрольн<br/>ый срез)</b> | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                  | Тестир   | 15      | 15 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>10 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тест<br>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
| 4.        | Теоретико-м      | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 5.        | Теоретико-м      | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 6.        | Формировани      | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
| 7.        | Связь различ     | Собесе   | 5       | 5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке<br>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п<br>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме прак<br>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не    |
|           |                  | <b>Тестиров<br/>ание(кон<br/>трольны<br/>й срез)</b>             | 10      | 10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в те<br>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте<br>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.<br>Менее 25% правильных ответов баллов не дает                     |
| 8.        | Посещаемость     |  | 10      | 10 баллов – студент посетил все 100% занятий<br>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий<br>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий<br>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий<br>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются |
| 9.        | Премиальные б    |  | 10      | Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены:<br>за посещаемость занятий и активное участие в практических занят  |
| 10.       | Ответ на экзамен |  | 30      | 10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле<br>18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле<br>25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле   |
| 11.       | Итого за семестр |  | 100     |  |

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной

| 100-балльная система | Традиционная система |
|----------------------|----------------------|
| 85 - 100 баллов      | Отлично              |
| 70 - 84 баллов       | Хорошо               |
| 50 - 69 баллов       | Удовлетворительно    |
| Менее 50             | Неудовлетворительно  |

Распределение баллов по курсовой работе:

- представление содержательной части – не более 55 баллов,
- оформление и информационное сопровождение – не более 20 баллов,
- защита курсовой работы – не более 25 баллов.

Распределение баллов по видам учебной работы и метод

| №             | Вид учебной работы                        | Мак. кол-во баллов | Методика начисления баллов   |
|---------------|---|--------------------|--|
| 1.            | Представление содержательной части        | 55                 | 41-55 баллов – содержание работы соответствует выбранному направлению раскрыта глубоко и всесторонне, материал изложен логично; теоретические обоснования соответствуют поставленным задачам;<br>21-40 баллов – содержание работы в целом соответствует выбранному направлению соответствуют поставленным задачам;<br>1-20 баллов – имеет место определенное несоответствие содержания поставленным задачам носят формальный бездоказательный характер |
| 2.            | Оформление и информационное сопровождение | 20                 | 16-20 баллов – широко представлена библиография по теме работы<br>8-15 баллов – приложения, используемые в исследовании, составлены<br>1-7 баллов – в работе не полностью использована необходимая для исследования информация   |
| 3.            | Защита курсовой работы                    | 25                 | 19-25 баллов – защита отличается полнотой раскрытия темы и презентацией<br>10-18 баллов – структура и регламент выступления в целом соблюдены<br>1-9 баллов – студент демонстрирует невысокое качество устного доклада   |
| <b>ИТОГО:</b> |   | <b>100</b>         |  |

Итоговая оценка по курсовой работе выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной

| 100-балльная система | Традиционная система |
|----------------------|----------------------|
| 85 - 100 баллов      | Отлично              |
| 70 - 84 баллов       | Хорошо               |
| 50 - 69 баллов       | Удовлетворительно    |
| Менее 50             | Неудовлетворительно  |

## 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

### Контрольная работа

Тема 10. Воспитание двигательного-координационных способностей

Общепедагогические методы обучения в физическом воспитании.

2. Специфические методы обучения в физическом воспитании.

3. Принципы и закономерности развития физических качеств.

11. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые при разучивании двигательных навыков

22. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые при развитии физических качеств

## Собеседование, опрос

Тема 1. Теория и методика физической культуры и спорт:

Изучение основной и дополнительной литературы. Написание конспекта.

Тема 2. Основные понятия системы физического воспитания

Подготовить сообщения:

- о высказываниях известных философов, ученых, врачей, педагогов о значении физической культуры

Тема 3. Основы, принципы системы физического воспитания

Подготовить сообщения:

- П.Ф. Лесгафт – основоположник системы физического воспитания в России.

Тема 4. Средства физического воспитания

Выполнение домашней работы с привлечением основной и дополнительной литературы.

На примере физических упражнений, представленных в книгах «Дополнительная литература» выделить

Тема 5. Техника физических упражнений

Выполнение домашней работы с привлечением основной и дополнительной литературы.

Составить конспект занятия «круговой тренировки» (вид спорта в соответствии со специализацией студента)

Тема 6. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты

Изучение пройденного материала с привлечением основной и дополнительной литературы.

Разработка таблицы характеристик упражнений различной относительной мощности.

Тема 7. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания

Изучение пройденного материала с привлечением основной и дополнительной литературы.

Разработка таблицы классификации нагрузок по общим критериям вызываемого ими утомления.

Тема 8. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания

Закрепление пройденного материала с привлечением основной и дополнительной литературы.

Изучение соотношения характеристики методов предложенных Б.А. Ашмариным, Л.П. Матвеевым, У.М.

Тема 9. Основы обучения двигательным действиям

Изучение рекомендованной литературы, выполнение домашнего задания, подготовка к тестированию

В конспектах лекций сделать рисунки и схемы иллюстрирующие:

-непрерывность процесса физического воспитания, которая обеспечивает преемственность эффекта занятий

- типы интервалов между занятиями и варианты их использования в микроциклах.

Тема 10. Воспитание двигательно-координационных способностей

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Конспектирование

Тема 11. Теоретико-методические основы воспитания физических качеств

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения

Тема 12. Теоретико-методические основы воспитания физических качеств

Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-

Тема 13. Теоретико-методические основы воспитания и

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со

Тема 14. Теоретико-методические основы воспитания и

Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражне

Тема 15. Теоретико-методические основы воспитания и

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить со

Тема 16. Формирование специальных знаний в процессе

Составить конспект методов исследования и упражнений-тестов, используемых для оценки разви

Тема 17. Связь различных видов воспитания в процессе

Постановка задач образовательной, оздоровительной, воспитательной направленности при составлен

## Тестирование

Тема 3. Основы, принципы системы физического воспи

### Типовые вопросы тестирования

1. Физическое развитие человека определяют следующие факторы:

**А. биологические, социальные, климато-географические**

Б. климатические, материальные, биологические

В. социальные, климатические и географические

Г. воспитательные, материальные, биологические

2. Исторически обусловленный идеал физического развития и физической подготовленности человека:

А. физическим развитием

Б. физической культурой личности

**В. физическим совершенством**

Г. физической подготовленностью

Тема 5. Техника физических упражнений

15. . Результатом физической подготовки является:

А. физическое развитие индивидуума

Б. физическое воспитание

**В. физическая подготовленность**

Г. физическое совершенство

2. Исторически обусловленный идеал физического развития и физической подготовленности человека:

А. физическим развитием

Б. физической культурой личности

**В. физическим совершенством**

Г. физической подготовленностью

Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни

**А. физическое развитие**

Б. физическая подготовка



- В. воспитание физических качеств
- Г. физическая подготовленность

4. Игровая физическая деятельность людей, направленная на интенсивную специализированную морс

- А. спортивная тренировка
- Б. спортивная подготовка
- В. спорт**
- Г. физическая подготовка

#### Тема 8. Общепедагогические и специфические принципы

.Результатом физической подготовки является:

- А. физическое развитие индивидуума
- Б. физическое воспитание
- В. физическая подготовленность**
- Г. физическое совершенство

#### Тема 10. Воспитание двигательно-координационных сп

Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни

- А. физическое развитие**
- Б. физическая подготовка
- В. воспитание физических качеств
- Г. физическая подготовленность

#### Тема 13. Теоретико-методические основы воспитания и

Игровая физическая деятельность людей, направленная на интенсивную специализированную морс

- А. спортивная тренировка
- Б. спортивная подготовка
- В. спорт**
- Г. физическая подготовка

15. Результатом физической подготовки является:

- А. физическое развитие индивидуума
- Б. физическое воспитание
- В. физическая подготовленность**
- Г. физическое совершенство

#### Тема 17. Связь различных видов воспитания в процессе

15. Результатом физической подготовки является:

- А. физическое развитие индивидуума
- Б. физическое воспитание
- В. физическая подготовленность**
- Г. физическое совершенство

2. Исторически обусловленный идеал физического развития и физической подготовленности человека:

- А. физическим развитием
- Б. физической культурой личности
- В. физическим совершенством**
- Г. физической подготовленностью

3. Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни

**А. физическое развитие**

Б. физическая подготовка

В. воспитание физических качеств

Г. физическая подготовленность

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета, экзамена

**Типовые вопросы зачета (ПК-1, ПК-2)**

Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. Связь с другими научными

**Типовые задания для зачета (ПК-1, ПК-2)**

**Типовые вопросы экзамена (ПК-1, ПК-2)**

1. Дайте характеристику основных направлений физического воспитания.
2. Общая характеристика предмета «Теория и методика физического воспитания».
3. Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания.
4. Общая характеристика средств физического воспитания.

**Типовые задания для экзамена (ПК-1, ПК-2)**

1. Провести сравнительный анализ средств физического воспитания, применяемых для развития
2. Провести сравнительный анализ средств физического воспитания, применяемых для развития

**Типовые темы курсовых работ (ПК-1, ПК-2)**

1. Становление и развитие отечественной системы физического воспитания.
2. История международного спортивного движения.
3. Международное Олимпийское движение: история и современное состояние.
4. Социальные функции физической культуры.
5. Основные направления деятельности международных спортивных объединений.
6. Организационные основы управления физкультурным движением.
7. Выдающиеся деятели в области физической культуры.
8. Организация и содержание работы в ДЮСШ.
9. Организация физкультурно-оздоровительной работы за рубежом.
10. Программно-нормативные основы системы физического воспитания.
11. Пропаганда физической культуры и спорта.
12. Обучение двигательным действиям в физическом воспитании.
13. Техника физических упражнений и этапы овладения ею.
14. Вариативность двигательного навыка и значение этого явления в спортивной деятельности.
15. Явление положительного переноса навыка при обучении двигательным действиям.
16. Методологические основы обучения двигательным действиям.
17. Личностные качества учителя физической культуры и структура его педагогической деятельности.
18. Взаимосвязь физического воспитания с нравственным, трудовым, эстетическим воспитанием.
19. Систематические занятия физической культурой и спортом - необходимое условие укрепления здоровья.
20. Соревновательный метод в процессе занятий физической культурой и спортом.
21. Возрастные особенности развития двигательных качеств.
22. Организация и содержание физического воспитания детей в дошкольных учреждениях.
23. Физическое воспитание как составная часть учебно-воспитательного процесса в школе.
24. Урок как основная форма организации занятий по физическому воспитанию школьников.

25. Организация и содержание внеклассной работы по физическому воспитанию.
26. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учреждениях допол.
27. Организация и проведение уроков физической культуры в младших классах.
28. Организация и проведение уроков физической культуры в V-IX классах
29. Организация и проведение уроков физической культуры в старших классах.
30. Учет успеваемости школьников на уроках физической культуры.
31. Требования безопасности на уроках физической культуры.
32. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры.
33. Организация и методика тестового контроля в физическом воспитании школьников.

#### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

##### Зачет

| Оценка                          | Компет | Дескрипторы (уровни) – основные призна                        |
|---------------------------------|--------|---|
| «зачтено»<br>(50 - 100 балл     | ПК-1   | планирует образовательную работу с детьми в различных образ   |
|                                 | ПК-2   | определяет актуальные достижения современной системы образо   |
| «не зачтено»<br>(0 - 49 баллов) | ПК-1   | не планирует образовательную работу с детьми в различных обра |
|                                 | ПК-2   | не определяет актуальные достижения современной системы обр   |

##### Экзамен

| Оценка                           | Компет | Дескрипторы (уровни) – основные призна                        |
|----------------------------------|--------|---|
| «отлично»<br>(85 - 100 балл      | ПК-1   | Отлично планирует образовательную работу с детьми в различны  |
|                                  | ПК-2   | отлично определяет актуальные достижения современной систем   |
| «хорошо»<br>(70 - 84 балло       | ПК-1   | хорошо планирует образовательную работу с детьми в различных  |
|                                  | ПК-2   | хорошо . определяет актуальные достижения современной систем  |
| «удовлетворите<br>(50 - 69 балло | ПК-1   | удовлетворительно планирует образовательную работу с детьми в |
|                                  | ПК-2   | удолетворительно определяет актуальные достижения современн   |
| «неудовлетвори<br>(менее 50 бал  | ПК-1   | не может планировать образовательную работу с детьми в различ |
|                                  | ПК-2   | не способен . определять актуальные достижения современной си |

## 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содер:  
Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «У  
В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплин  
В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуем  
В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессии

### 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на л
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

### 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы  
Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с о  
Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответ  
В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

#### 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практики. Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный.

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при опросе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов.

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие теме;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие теме);
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение отвечать на вопросы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения.

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Основная литература:

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : Учеб. пособие. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 112 с.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 272 с.
3. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник. - 11-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 272 с.

### 6.2 Дополнительная литература:

1. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать. - М.: АСТ, Астрель, 2004. - 863 с.
2. Скорыходов Н.М., Сюткина В.И., Лисицын Е.П. Технология физкультурно-спортивной деятельности. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 112 с.

### 6.3 Иные источники:

1. Министерство спорта Российской Федерации - <https://minsport.gov.ru/>
2. Портал «Гуманитарное образование» - <http://www.humanities.edu.ru/>
3. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru/>

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной техникой. Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к интернету. Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, с

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Office 2007, 2010, 2016

Paint.NET v 3.36

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>
3. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки. – URL: <http://obrnadzor.gov.ru/ru>
4. Юрайт: электронно-библиотечная система. – URL: <https://urait.ru>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультим