

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.В.3 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: 2019

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, доцент Сюткина Валентина Игоревна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «22» февраля 2018 г. № 125).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «17» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «20» января 2021 г. № 4.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	6
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	15
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	31
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	32
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	33

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способен планировать и вести образовательную работу с детьми в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования в том числе по индивидуальным учебным планам

ПК-2 Способен проводить учебные занятия, опираясь на актуальные достижения для современной системы образования теории и методики обучения, воспитания и развития детей в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- педагогический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
- А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение - В Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ - В/02.6 Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования - В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	ПК-1 Способен планировать и вести образовательную работу с детьми в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования в том числе по индивидуальным учебным планам	Планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов

- А/01.6 Общепедагогическая функция. Обучение - А/02.6 Воспитательная деятельность	ПК-2 Способен проводить учебные занятия, опираясь на актуальные достижения для современной системы образования теории и методики обучения, воспитания и развития детей в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий	Определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей
--	---	--

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способен планировать и вести образовательную работу с детьми в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования в том числе по индивидуальным учебным планам

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения																	
		Очная (семестр)									Заочная (семестр)								
		2	3	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Методика обучения и воспитания в физической культуре							+	+	+							+	+	+
2	Ознакомительная практика	+	+								+	+							
3	Педагогическая практика			+	+	+	+	+					+	+	+	+	+		

ПК-2 Способен проводить учебные занятия, опираясь на актуальные достижения для современной системы образования теории и методики обучения, воспитания и развития детей в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения																			
		Очная (семестр)										Заочная (семестр)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Анатомия и физиология человека	+	+	+								+	+	+							
2	Методика обучения и воспитания в физической культуре								+	+	+								+	+	+
3	Педагогическая практика				+	+	+	+	+						+	+	+	+	+		

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

6	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения	-	-	8	1	6	12	Собеседование, опрос
7	Общепедагогическое и специфические методы физического воспитания	-	-	8	1	6	12	Собеседование, опрос
8	Общепедагогическое и специфические принципы физического воспитания	-	-	8	1	6	12	Собеседование, опрос; Тестирование
9	Основы обучения двигательным действиям	-	-	8	1	6	12	Собеседование, опрос
10	Воспитание двигательных способностей	-	-	8	2	6	12	Собеседование, опрос; Тестирование; Контрольная работа
7 семестр								
11	Теоретико-методические основы воспитания силы	1	-	2	1	4	12	Собеседование, опрос
12	Теоретико-методические основы воспитания быстроты	1	1	2	1	4	12	Собеседование, опрос
13	Теоретико-методические основы воспитания выносливости	2	-	2	1	6	12	Собеседование, опрос; Тестирование
14	Теоретико-методические основы воспитания гибкости	2	1	4	1	6	12	Собеседование, опрос
15	Теоретико-методические основы воспитания ловкости	2	-	4	2	6	12	Собеседование, опрос
16	Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания	2	1	4	2	6	12	Собеседование, опрос

17	Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания	2	1	4	2	6	13	Собеседование, опрос; Тестирование
----	--	---	---	---	---	---	----	------------------------------------

Тема 1. Теория и методика физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина (ПК-2)

Лекция.

Предметы изучения и преподавания, их взаимосвязь. Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. Связь с другими научными дисциплинами, структура учебного предмета.

Исторический характер физического воспитания: причины возникновения и развития, система физического воспитания как социальная организация.

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-2)

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, физкультурное образование, физическая подготовка, общая и специальная физическая подготовка, физическая подготовленность, физическое совершенство, физическая рекреация, физическая реабилитация и др.

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 для человека;
- 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, организационная, правовая.

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

Практическое занятие.

Принципы системы физического воспитания.

Характеристика основ системы физического воспитания во взаимосвязи с экономической, правовой, политической, образовательной и другими системами страны.

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

Тема 4. Средства физического воспитания (ПК-2)

Лекция.

Средства физического воспитания как целостная система воздействия на совершенствование человека. Классификация физических упражнений. Содержание и биодинамические характеристики физических упражнений. Факторы, определяющие воздействия упражнений.

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», «двигательная активность».

Факторы, определяющие воздействия упражнений.

Характерные признаки физических упражнений, их отличие от трудовых действий.

Содержание физических упражнений (оздоровительное значение, образовательная роль, влияние на личность).

Задания для самостоятельной работы.

Выполнение домашней работы с привлечением основной и дополнительной литературы.

На примере физических упражнений, представленных в книгах «Дополнительная литература» выделить их биодинамические характеристики (не менее 10 упражнений).

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

Тема 5. Техника физических упражнений (ПК-2)

Лекция.

Общее понятие о техниках двигательных действий. Определение понятий «техника» (стандартная, типовая, персональная индивидуализация техники); части техники, фазы физического упражнения. Техника физического упражнения как биодинамическая структура. Критерии эффективности техники исполнения.

Практическое занятие.

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

Техника физических упражнений: понятия «техника», «стандартная техника», «типовая техника», «персональная индивидуализация техники».

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 их биодинамические характеристики (не менее 10 упражнений).

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

Тема 6. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения (ПК-1)

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 интенсивности нагрузки.

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-1)

Практическое занятие.

Определения понятий «метод», «методический прием», «методика обучения», «специфические методы физического воспитания», «общепедагогические методы в физическом воспитании».

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. Ашмариным, Л.П. Матвеевым, Ж.К. Холодовым, Ю.Ф. Курамшиным.

Тема 8. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания (ПК-1)

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 в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств.

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 занятий;

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

Тема 9. Основы обучения двигательным действиям (ПК-2)

Практическое занятие.

Характеристика понятий: «элементарное двигательное умение», «двигательный навык», «двигательное умение высшего порядка», «структура обучения».

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 условиях.

Задания для самостоятельной работы.

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике.

Конспектировать материал о физиологическом обосновании процесса формирования двигательного навыка.

Тема 10. Воспитание двигательных способностей (ПК-1)

Практическое занятие.

Характеристика понятий и терминов: «двигательные качества», «физические качества», «психомоторные качества»; соотношение понятий «качества» и «способности», «развитие двигательных качеств», «воспитание двигательных качеств».

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

Реализация принципа соответствия педагогических воздействий в процессе воспитания физических качеств.

Реализация принципа развивающего эффекта педагогических воздействий в процессе воспитания физических качеств.

Реализация принципа сопряженного воздействия в процессе воспитания физических качеств.

Реализация принципа вариативности решения двигательных задач в процессе воспитания физических качеств.

Задания для самостоятельной работы.

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности». Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития силовых способностей.

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

Лекция.

Исходные понятия и термины: «сила», «силовые способности», «развитие силы», «абсолютная и относительная сила», «взрывная» сила, «момент си-лы», «силовое усилие». Реализация закономерностей и принципов развития физических качеств в процессе воспитания силовых способностей.

Классификация основных средств развития силы (упражнения с преодолением тяжести собственного тела, упражнения с отягощением, упражнения локаль-ные, региональные и глобальные).

Методы развития силы (по-вторный, повторно-прогрессирующий, переменный, метод макси-мальных усилий, метод неопредельных усилий).

Критерии и методы оценки развития силы.

Возрастные особенности развития силы.

Практическое занятие.

Реализация принципа вариативности решения двигательных задач в процессе воспитания физических качеств.

Соотношение понятий «сила», «абсолютная и относительная сила», «взрывная» сила, «момент си-лы», «силовое усилие».

Внешние, внутренние факторы, определяющие проявление силы.

Изо-метрический, изостатический, миометрический, изокинетический, плиометрический режимы напряжения мышц

Классификация силовых упражнений по задействованности мышц тела в выполнение упражнения: упражнения локаль-ные, региональные и глобальные.

Классификация силовых упражнений по особенностям отягощения: упражнения с преодолением тяжести соб-ственного тела, упражнения с внешним отягощением.

Методы развития силы (по-вторный, повторно-прогрессирующий, переменный, метод макси-мальных усилий, метод неопредельных усилий).

Критерии и методы оценки развития силы.

Возрастные особенности развития силы.

Задания для самостоятельной работы.

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития силовых способностей.

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

Лекция.

Определение понятия «быстрота», «скоростные способности». Разновидности проявления быстроты (время простой и сложной двигательной реакции, быстрота одиночного движения, частота движений); их характеристики. Взаимные свя-зи различных видов проявления быстроты. Основные средства развития различных видов быстроты. Методы развития скоростных способностей.

Практическое занятие.

Определение понятия «быстрота», «скоростные способности».

Разновидности проявления быстроты (время простой и сложной двигательной реакции, быстрота одиночного движения, частота движений); их характеристики.

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 сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития скоростных способностей.

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

Лекция.

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.

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 сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития выносливости.

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

Лекция.

Исходные понятия и термины. Общая характеристика гибкости, группировка; взаимообусловленность различных видов проявления, средства и методы развития двигательного качества. Закономерности развития гибкости: гетерохронность, этапность, фазность, перенос в развитии.

Практическое занятие.

Определение понятия «гибкость». Соотношение понятий «гибкость» и «подвижность».

«Выворотность» как специфическое проявления подвижности в суставах.

Активная и пассивная подвижность в суставах.

Закономерности развития гибкости (морфологические, физиологические, психологические и внешнесредовые).

Средства развития активной и пассивной гибкости.

Методы развития выносливости.

Задания для самостоятельной работы.

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности». Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития подвижности.

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

Лекция.

Определение понятий «ловкость», «координационные способности».

Координационная сложность, точность движения, чувство пространства и времени как характеристики ловкости. Закономерности развития координационных способностей. Средства развития ловкости. Методы развития ловкости.

Практическое занятие.

Определение понятий «ловкость», «координационные способности».

Координационная сложность, точность движения, чувство пространства и времени как характеристики ловкости.

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 сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Составить конспект методов исследования и упражнений-тестов, используемых для оценки развития координационных способностей.

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

Лекция.

Постановка задач. Специальные знания как определенная система фактов и закономерностей. Значение теоретических сведений – знание как одна из образовательных задач физического воспитания. Требования к теоретическим сведениям. Виды теоретических сведений. Методика сообщения теоретических сведений.

Практическое занятие.

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

Задания для самостоятельной работы.

Постановка задач образовательной, оздоровительной, воспитательной направленности при составлении конспекта урока.

Разработка конспектов по тематике Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов.

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

Лекция.

Общая направленность и комплексность воспитательных воздействий физического воспитания. Ведущая роль воспитателя и активность воспитываемого. Общие линии воспитания и их конкретизация в процессе физического воспитания: нравственное, политическое, трудовое, интеллектуальное, эстетическое воспитание. Воспитание воли и самовоспитание.

Практическое занятие.

Единство физического и духовного развития человека – предпосылка взаимосвязи различных сторон воспитания. Роль фундаментальных исследований в обосновании единства воспитания. Требования к личности специалиста физического воспитания и воспитывающая функция его профессиональной деятельности.

Роль физической культуры и спорта в условиях научно-технического прогресса и информатизации. Коллективы физической культуры как формы воспитания личности. Задачи и пути формирования различных видов воспитания.

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:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Теория и методика физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина	Собеседование, опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Основные понятия системы физического воспитания	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Основы, принципы системы физического воспитания в РФ	Собеседование, опрос	20	<p>20 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>10 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
4.	Средства физического воспитания	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

5.	Техника физических упражнений	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
		Тестирование	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
6.	Посещаемость		10	<p>10 баллов – студент посетил все 100% занятий</p> <p>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий</p> <p>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий</p> <p>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий</p> <p>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются</p>
7.	Премияльные баллы		10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: за посещаемость занятий и активное участие в практических занятиях
8.	Итого за семестр		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:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
--------	------------------------------------	---------------------------------	--------------------	--------------------------------------

1.	Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
2.	Общепедагогические и специфические методы физического воспитания	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>

4.	Основы обучения двигательным действиям	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
5.	Воспитание двигательных способностей	Собеседование, опрос	10	<p>10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>7 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>5 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
		Контрольная работа	20	<p>20 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с преподавателем, делать определенные выводы.</p> <p>10 баллов- студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию.</p> <p>5 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

6.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
7.	Премияльные баллы	10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: за посещаемость занятий и активное участие в практических занятиях
8.	Итого за семестр	100	

7 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 40 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Теоретико-методические основы воспитания силы	Собеседование, опрос	10	10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 5 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
2.	Теоретико-методические основы воспитания быстроты	Собеседование, опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии 3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

3.	Теоретико-методические основы воспитания и воспитываемости	Собеседование, опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>5 баллов – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
4.	Теоретико-методические основы воспитания и гибкости	Собеседование, опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
5.	Теоретико-методические основы воспитания и ловкости	Собеседование, опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

6.	Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания	Собеседование, опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
7.	Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания	Собеседование, опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специальной терминологии</p> <p>3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
8.	Посещаемость		10	<p>10 баллов – студент посетил все 100% занятий</p> <p>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий</p> <p>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий</p> <p>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий</p> <p>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются</p>
9.	Премияльные баллы		10	Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены: за посещаемость занятий и активное участие в практических занятиях
10.	Ответ на экзамене		30	<p>10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «удовлетворительно»</p> <p>18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «хорошо»,</p> <p>25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «отлично».</p>
11.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

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 методика начисления баллов:

№	Вид учебной работы	Мах. кол-во баллов	Методика начисления баллов
1.	Представление содержательной части	55	<p>41-55 баллов – содержание работы соответствует выбранному направлению подготовки/специальности и теме работы, работа актуальна, выполнена самостоятельно, имеет творческий характер, отличается определенной новизной; проведен обстоятельный анализ степени теоретического исследования проблемы, различных подходов к ее решению, показано знание информационной (при необходимости – нормативной) базы, использованы актуальные данные; проблема раскрыта глубоко и всесторонне, материал изложен логично; теоретические положения органично сопряжены с практикой, даны практические рекомендации, вытекающие из анализа проблемы; проведен количественный анализ проблемы, который подтверждает выводы автора, иллюстрирует актуальную ситуацию, приведены таблицы сравнений, графики, диаграммы, формулы, показывающие умение автора формализовать результаты исследования;</p> <p>21-40 баллов – содержание работы в целом соответствует выбранной теме, структура плана логична и пропорциональна; обоснование актуальности темы подкрепляется анализом степени теоретического исследования проблемы; основные положения работы раскрыты на достаточном теоретическом и методологическом уровне, большая часть теоретических положений сопряжена с практикой; практические рекомендации обоснованы; выводы по работе содержательны и в целом соответствуют поставленным задачам;</p> <p>1-20 баллов – имеет место определенное несоответствие содержания работы заявленной теме; исследуемая проблема в основном раскрыта, но не отличается новизной, теоретической глубиной и аргументированностью; выявлены недочеты в методологических характеристиках курсового исследования; есть нарушения логики изложения материала, поставленные задачи решены не полностью; теоретические положения слабо связаны с практикой, практические рекомендации носят формальный бездоказательный характер</p>

2.	Оформление и информационное сопровождение	20	<p>16-20 баллов – широко представлена библиография по теме работы, в том числе и зарубежные источники, приложения к работе иллюстрируют достижения автора и подкрепляют его выводы, оформление работы полностью соответствует требованиям, предъявляемым к курсовому исследованию;</p> <p>8-15 баллов – приложения, используемые в исследовании, составлены грамотно, прослеживается связь с положениями курсовой работы; список использованной литературы составлен, следуя ГОСТу, и в достаточной мере соответствует теме работы; имеются отдельные неточности в оформлении работы (отсутствует часть ссылок на используемые источники, есть отдельные стилистические, грамматические и орфографические ошибки);</p> <p>1-7 баллов – в работе не полностью использована необходимая для раскрытия темы научная литература, информационные базы данных, а также материалы исследований; библиографический список оформлен неверно; содержание приложений не отражает решения поставленных задач (отсутствуют необходимые приложения); имеются многочисленные неточности в оформлении работы</p>
3.	Защита курсовой работы	25	<p>19-25 баллов – защита отличается полнотой раскрытия темы и представления полученных результатов; студент демонстрирует уверенность и убедительность манеры выступления; стиль и грамотность речи соответствуют культуре представления результатов научного исследования; ответы на дополнительные вопросы характеризуются краткостью и аргументированностью;</p> <p>10-18 баллов – структура и регламент выступления в целом соблюдены; защита сопровождается грамматически правильной, эмоциональной речью; студент поддерживает хороший контакт с аудиторией; отмечается творческий подход в подготовке объектов наглядности презентации; дополнительные вопросы вызывают некоторые затруднения;</p> <p>1-9 баллов – студент демонстрирует невысокое качество устного доклада; доступность и образность представления проделанной работы и полученных результатов вызывает вопросы; отмечается частичное несоответствие презентации содержанию курсового исследования; дизайн визуальной интерпретации представленной работы затрудняет ее восприятие</p>
ИТОГО:		100	

Итоговая оценка по курсовой работе выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

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 двигательных способностей

Общепедагогические методы обучения в физическом воспитании.

2. Специфические методы обучения в физическом воспитании.

3. Принципы и закономерности развития физических качеств.

- 1 1. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые при разучивании двигательных действий.
- 2 2. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые при развитии физических качеств.

Собеседование, опрос

Тема 1. Теория и методика физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина
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 для человека;

Тема 3. Основы, принципы системы физического воспитания в РФ

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 их биодинамические характеристики (не менее 10 упражнений).

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 процесса упражнения

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, Ж.К. Холодовым, Ю.Ф. Курамшиным.

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.

Конспектировать материал о физиологическом обосновании процесса формирования двигательного навыка.

Тема 11. Теоретико-методические основы воспитания силы

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Тема 12. Теоретико-методические основы воспитания быстроты

Составить конспект методов исследования (антропометрические индексы, стандарты) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития силовых способностей.

Тема 13. Теоретико-методические основы воспитания выносливости

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Тема 14. Теоретико-методические основы воспитания гибкости

Составить конспект методов исследования (индексы, стандарты, функциональные пробы) и упражнений-тестов, используемых для оценки развития выносливости.

Тема 15. Теоретико-методические основы воспитания ловкости

Изучение рекомендованной литературы, подготовка рефератов по заданной тематике. Подготовить сообщения «Роль физической подготовленности в трудовой деятельности (умственной и физической)». «Физическая подготовка как средство обеспечения высокой работоспособности».

Тема 16. Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания

Составить конспект методов исследования и упражнений-тестов, используемых для оценки развития координационных способностей.

Тема 17. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания

Постановка задач образовательной, оздоровительной, воспитательной направленности при составлении конспекта урока.

Тестирование

Тема 3. Основы, принципы системы физического воспитания в РФ

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, оптимально соответствующий требованиям жизни называется:

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

Тема 5. Техника физических упражнений

1 5. . 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, оптимально соответствующий требованиям жизни называется:

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

Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качествах называется:

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

4. Игровая физическая деятельность людей, направленная на интенсивную специализированную морфофункциональную и психическую подготовку для последующего максимального проявления способностей путем соревнования в заранее определенных двигательных действиях называется:

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

Тема 8. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания

.Результатом физической подготовки является:

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

Тема 10. Воспитание двигательных-координационных способностей

Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качествах называется:

А. физическое развитие

Б. физическая подготовка

В. воспитание физических качеств

Г. физическая подготовленность

Тема 13. Теоретико-методические основы воспитания выносливости

Игровая физическая деятельность людей, направленная на интенсивную специализированную морфофункциональную и психическую подготовку для последующего максимального проявления способностей путем соревнования в заранее определенных двигательных действиях называется:

А. спортивная тренировка

Б. спортивная подготовка

В. спорт

Г. физическая подготовка

1 5. 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 физического воспитания

1 5. 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, оптимально соответствующий требованиям жизни называется:

А. физическим развитием

Б. физической культурой личности

В. физическим совершенством

Г. физической подготовленностью

3. Естественный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качествах называется:

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)

Характерные признаки «двигательного умения».

Характерные признаки «двигательного навыка».

Характерные признаки и разновидности умений высшего порядка

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

Подобрать методы воспитания физических качеств

Типовые вопросы экзамена (ПК-1, ПК-2)

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 силы и выносливости.
2. Провести сравнительный анализ средств физического воспитания, применяемых для развития силы и быстроты.

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 и повышения работоспособности.
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 дополнительного образования.
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	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ПК-1	планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ПК-1	не планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	не определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;

Экзамен

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«отлично» (85 - 100 баллов)	ПК-1	Отлично планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	отлично определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;
«хорошо» (70 - 84 баллов)	ПК-1	хорошо планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	хорошо . определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;
«удовлетворительно» (50 - 69 баллов)	ПК-1	удовлетворительно планирует образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	удолетворительно определяет актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;
«неудовлетворительно» (менее 50 баллов)	ПК-1	не может планировать образовательную работу с детьми в различных образовательных организациях на основе Федеральных образовательных стандартов
	ПК-2	не способен . определять актуальные достижения современной системы образования в области теории и методики обучения, воспитания и развития детей;

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 содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

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 лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- 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 и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- 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 практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- 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 ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

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 для вузов. - М.: Академия, 2003. - 143 с.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для вузов. - 2-е изд., испр. и доп.. - М.: Академия, 2003. - 479 с.
3. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник. - 11-е изд., стер.. - М.: Академия, 2013. - 478 с.

6.2 Дополнительная литература:

1. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : наука побеждать. - М.: АСТ, Астрель, 2004. - 863 с.
2. Скороходов Н.М., Сютин В.И., Лисицын Е.П. Технология физкультурно-спортивной деятельности : учеб. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2014. - 76 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 для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

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

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.