

# **Физическая культура**

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

Аннотация по дисциплине

### **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СЕМЕЙНОГО ТРЕНЕРА**

Рабочая программа дисциплины «Деятельность семейного тренера» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утверждённому приказом Министерства образования и науки 22.02.2018 г. № 125, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 15.03.2018 г. № 50362  
Программу составил:

#### **1. Цель и задачи дисциплины**

##### **1.1 Цель освоения дисциплины**

Дисциплина «Деятельность семейного тренера» относится к вариативной части профессионального цикла.

##### **1.2 Задачи дисциплины**

1. Формирование системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки выпускника к работе в области физической культуры и спорта.

2. Ознакомление с структурными основами, видами, типами и классификацией применения средств и методов физического воспитания.

3. Обеспечение знаниями сущности закономерностей (принципов) педагогического процесса и системы физического воспитания, о двигательных действиях как основе предмета обучения, о целостном представлении закономерностей формирования двигательных умений и навыков, о средствах и методах обучения движениям, о структуре процесса обучения двигательным действиям.

4. Изучение основ воспитания физических качеств школьников, содержания и форм деятельности преподавателя, планирования процесса физического воспитания, целостные представления о закономерностях формирования физических качеств на основе двигательных умений и навыков.

5. Обеспечение знаний, умений и навыков профессиональной деятельности педагога, структуры процесса обучения, технологии проведения основных форм занятий по физической культуре и спорту, о содержании принципов, средств и методов организации планирования и педагогического контроля физического воспитания дошкольников, школьников, студентов и взрослого населения.

6. Формирование системы знаний теории спорта, организации и содержания разделов спортивной тренировки, цикличности многолетней подготовки спортсменов, структуры и методики проведения занятий с различными категориями спортсменов, классификацию спортивных соревнований, разновидности форм планирования, контроля и судейства спортивных мероприятий.

7. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых знаний.

##### **1.3 Место дисциплины в структуре образовательного процесса**

Дисциплина «Деятельность семейного тренера» относится к вариативной части блока

1.

**1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Индекс	Содержание компетенций (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ПК–5	Способен участвовать в проектировании предметной среды образовательной программы	системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки выпускника к работе в области физической культуры и спорта	знакомить с структурными основами, видами, типами и классификацией применения средств и методов физического ;	формирование системы знаний теории спорта, организации и содержания разделов спортивной тренировки, цикличности многолетней подготовки спортсменов, структуры и методики проведения занятий с различными категориями спортсменов, классификацию спортивных соревнований, разновидности форм планирования, контроля и судейства спортивных мероприятий;
ПК–6	Способен к участию в организационно-педагогическом обеспечении реализации дополнительных образовательных программ	основы воспитания физических качеств дошкольников, содержания и форм деятельности преподавателя, планирования процесса физического воспитания, целостные представления о закономерностях формирования физических качеств на основе двигательных умений и навыков	обеспечивать знаниями сущности закономерностей (принципов) педагогического процесса и системы физического воспитания, о двигательных действиях как основе предмета обучения, о целостном представлении закономерностей формирования двигательных умений и навыков, о средствах и методах	стимулированием самостоятельности деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых знаний.

			обучения движениям, о структуре процесса обучения двигательным действиям. воспитания.	
--	--	--	---	--

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры (часы)
			4
<b>Контактная работа, в том числе:</b>			
<b>Аудиторная работа (всего):</b>		<b>50</b>	
Занятия лекционного типа		26	26
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		24	24
Лабораторные занятия			
<b>Иная контактная работа</b>			
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	0,2
<b>Самостоятельная работа в том числе:</b>			
Курсовая работа			
Проработка учебного (теоретического) материала		89,8	89,8
Выполнение индивидуальных заданий			
Подготовка к текущему контролю			
<b>Контроль:</b>			
Подготовка к зачёту			
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>час.</b>	<b>144</b>	<b>144</b>
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>54,2</b>	<b>54,2</b>
	<b>зач. ед.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

### 2.2 Структура дисциплины

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов				
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа	КСР, ИКР, контроль
			ЛК	ПЗ	ЛР		
1	Основы и содержание физкультурно-спортивной деятельности Содержание и система физического воспитания.	10	2	2		6	-
2	Средства физического воспитания	12	2	2		8	-

3	Методы физического воспитания. Закономерности физического воспитания	12	2	2		8	
4	Обучение двигательным действиям	12	2	2		8	-
5	Воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости, гибкости	12	2	2		8	-
6	Планирование процесса физического воспитания. Организация и построение занятий в физическом воспитании	12	2	2		8	
7	Содержание и формы профессиональной деятельности	12	2	2		8	-
8	Физическое воспитание дошкольников и младших школьников	10	2	2		6	
9	Формы занятий физическими упражнениями в школе	10	2	2		6	-
10	Подготовка юных спортсмена Построение спортивной тренировки	10	2			6	
11	Планирование и контроль спортивной тренировки	10	2	2		6	-
12	Спорт в системе физической культуры	10	2	2		6	
13	Спортивные соревнования Судейство соревнований	1,8	2				
<b>ИТОГО по разделам дисциплины</b>		<b>50</b>	<b>26</b>	<b>24</b>		<b>89,8</b>	<b>-</b>
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	-	-	-	-	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	-	-	-	-	0,2
Подготовка к текущему контролю							
Подготовка к экзамену (контроль)			-	-	-	-	
<b>Общая трудоёмкость по дисциплине</b>		<b>144</b>	<b>26</b>	<b>24</b>		<b>89,8</b>	<b>4,2</b>

### 5.1. Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04707-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/C17B2155-951C-4710-9022-F499C5E896C2](http://www.biblio-online.ru/book/C17B2155-951C-4710-9022-F499C5E896C2)
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04705-9. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/3028496E-E223-438B-8BD7-D3CA1402E191](http://www.biblio-online.ru/book/3028496E-E223-438B-8BD7-D3CA1402E191)
3. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 188 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04932-9. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/4BFF511C-1EE5-4C2C-99BD-05495088FC97](http://www.biblio-online.ru/book/4BFF511C-1EE5-4C2C-99BD-05495088FC97)

4. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 240 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-02432-6. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/E371508A-957B-43C0-A1CE-C205DAA3974A](http://www.biblio-online.ru/book/E371508A-957B-43C0-A1CE-C205DAA3974A)
5. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 274 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04401-0. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/D7F74695-9465-4282-9024-9E888B47C038](http://www.biblio-online.ru/book/D7F74695-9465-4282-9024-9E888B47C038)
6. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00329-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/CCD19D71-F995-4A8F-B2BF-5FD786DD43BB](http://www.biblio-online.ru/book/CCD19D71-F995-4A8F-B2BF-5FD786DD43BB)

**Составил: кандидат педагогических наук, доцент  
Соколов Александр Сергеевич**