

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Объем трудоёмкости: 4 зачётных единиц

Цель дисциплины: Рабочая программа дисциплины (модуля) «Теория и методика физического воспитания» относится к обязательной части Блока 1. Направленно на формирование способности применять знания при реализации образовательного процесса, и использование в системе профессиональной подготовки для освоения профилирующих дисциплин знаний и представлений о сущности, предметном содержании, строении и функциях физической культуры, физического воспитания и спорта.

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.

Место дисциплины в структуре образовательного процесса:

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания» относится к вариативной части блока 1. «Предметно-содержательный модуль по профилю физическая культура» учебного плана. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной. Вид промежуточной аттестации: зачет.

Место дисциплины в структуре образовательной программы Дисциплина «Биомеханика» относится к вариативной части блока 1.

Требования к уровню освоения дисциплины: Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
ИУК-7.1. Понимает влияние	Знает здоровьесберегающие технологии для

оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;
	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;
	Владеет, соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры	Знает научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни;
	Умеет выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре, применять все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием;
	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом. Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

Содержание дисциплины: Распределение видов учебной работы и их трудоёмкости по разделам дисциплины.

Структура дисциплины: Распределение видов учебной работы и их трудоёмкости по разделам дисциплины.

№	Наименование разделов	Все го	Количество часов				
			Аудиторная работа			Внеауди- торная работа	КСР, ИКР, контр- оль
			ЛК	ПЗ	ЛР		
1	Основы и содержание физкультурно-спортивной деятельности	10	2	2		6	-
2	Содержание и система физического воспитания Средства физического воспитания	10	2	2		6	-

3	Методы физического воспитания. Закономерности физического воспитания. Обучение двигательным действиям	14	4	2	2	6	
4	Воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости, гибкости	12	2	2	2	6	-
5	Планирование процесса физического воспитания.	12	2	2	2	6	-
6	Организация и построение занятий в физическом воспитании Содержание и формы профессиональной деятельности	12	2	2	2	6	-
7	Физическое воспитание дошкольников и школьников Формы занятий физическими упражнениями в школе	12	2	2	2	6	-
8	Подготовка спортсмена Построение спортивной тренировки Планирование и контроль спортивной тренировки	12	2	2	2	6	-
9	Спорт в системе физической культуры. Спортивные соревнования Судейство соревнований. Спортивные достижения	9,7	2	2		5,7	-
ИТОГО по разделам дисциплины		54,3	20	18	12	54	-
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4	-	-	-	-	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	-	-	-	-	0,3
Подготовка к текущему контролю							
Подготовка к экзамену (контроль)		35,7	-	-	-	-	35,7-
Общая трудоёмкость по дисциплине		144	20	18	12	54	40

Курсовые работы: не предусмотрена

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет.

**Аннотацию составил: канд. пед. наук, доцент
Соколов Александр Сергеевич**