





## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины:** формирование у студентов системы базовых знаний, умений в области теории и методики воспитательной работы в физкультурно-спортивной сфере, позволяющих им ориентироваться в вопросах организации и управления воспитательной работы с обучающимися различного возраста для решения организационно-методических и профессионально-педагогических задач в профессиональной деятельности будущих бакалавров физической культуры.

### **Задачи:**

- Сформировать у студентов специальные знания в области теории и методики воспитательной работы в физкультурно-спортивной сфере;
- Способствовать развитию профессионально-прикладных двигательных умений и навыков, необходимых для успешного овладения методами и средствами воспитательной работы с обучающимися различного возраста;
- Способствовать формированию общекультурных и профессиональных компетенций студентов.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания» входит в предметно-методический модуль направлению 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура и спорт». Дисциплина реализуется на кафедре безопасности жизнедеятельности физической культуры.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование универсальной компетенции:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Дескрипторы
ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6.1. Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся.	Умеет использовать наиболее эффективные формы взаимодействия с воспитанниками и их родителями на практике, раскрывать творческий потенциал воспитанников и поддерживать инициативу.
	ОПК-6.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	Владеет современными методами и технологиями физического воспитания, методику обучения основным двигательным действиям, основной диагностический инструментарий в процессе осуществления физического воспитания.
	ОПК-6.3. Знает психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания.	Знает как использовать методы и технологии, выбирать наиболее приемлемые в процессе осуществления физического воспитания, применять диагностический инструментарий исходя из индивидуальных особенностей детей.

<p>ПК-1 – Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач</p>	<p>ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества;</li> <li>- современные концепции организации и реализации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях различных типов;</li> <li>- специфику содержания образования по предмету 'Физическая культура', принципы и подходы к его построению, многообразию профессионально-образовательных программ;</li> <li>- основы информационно-технологического обеспечения учебно-воспитательного процесса по предмету 'Физическая культура' в учреждениях общего среднего образования различных типов;</li> <li>- единство образования и развития в технологии практической реализации учебного процесса по предмету.</li> <li>- основные этапы развития предмета;</li> <li>- структуру научно-методических основ данной дисциплины;</li> <li>- сущность образовательно-инструктивной, оздоровительно-рекреативной и воспитательно-развивающей направленности содержания и методов преподавания предмета в их взаимосвязи и единстве;</li> <li>- возрастные закономерности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков, их дифференцирование по половой принадлежности учащихся;</li> </ul>
---	--	--

	<p>ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обосновать содержание предмета для конкретного образовательного учреждения;</li> <li>- осуществить отбор учебного материала, адекватного целям и задачам предмета;</li> <li>- разработать документы перспективного (годового), оперативного (семестр, триместр, четверть) и текущего программирования целей, задач, содержания образования, форм организации учебного процесса по предмету;</li> <li>- определять наиболее характерные для всего класса ошибки усвоения двигательного действия на уроке;</li> <li>- находить эффективные средства и методы предупреждения и исправления ошибок техники выполнения изучающего двигательного действия;</li> <li>- обеспечить взаимосвязь обучения и развития двигательных качеств на уроке;</li> <li>- обеспечить взаимосвязь образовательных и воспитательных задач в процессе урока физической культуры;</li> <li>- активизировать деятельность учащихся на уроке;</li> <li>- выполнять контрольные функции в процессе урока после завершения изучения темы (раздела), четверти (семестра, триместра) и учебного года;</li> <li>- организационно завершить урок;</li> <li>- выявлять позитивные и негативные стороны своей педагогической деятельности в каждом из технологических циклов, и их причины;</li> <li>- использовать элементы исследовательской работы в процессе преподавания данного предмета.</li> </ul>
	<p>ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.</p>	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке;</li> <li>- оценкой результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета;</li> <li>- методикой формирования мотивации учебной деятельности учащихся на уроке физической культуры.</li> </ul>
<p>ПК-2 – Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность</p>	<p>ПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.</p>	<p>Знает теоретические и методические основы физического воспитания, принципы, методы и средства физического воспитания, используемые в физкультурно-спортивной сфере; методические основы организации и управления педагогическим процессом в сфере физической культуры и спорта;</p>

	ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	Умеет выделять цели, задачи и формы физического воспитания в процессе разработки основных и дополнительных образовательных программ в физкультурно-спортивной сфере. Умеет организовать воспитательные мероприятия в соответствии с целями и задачами физического воспитания;
	ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	Умеет самостоятельно проводить воспитательные мероприятия по физической культуре с учетом современных требований образования и воспитания
ПК-3 – Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	ПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.).	Умеет организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки, применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
	ПК-3.2. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	Умеет организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки, применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
	ПК-3.3. Знает психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения	Владеет умением демонстрировать способность и готовность: применять полученные знания на практике.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 288 часов, 8 зач. ед.

Вид работы	Форма обучения		
	Заочная		
	6 семестр	7 семестр	8 семестр
<b>Общая трудоемкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>108</b>	<b>72</b>	<b>108</b>
<b>Контактная работа</b> , в том числе:	<b>14</b>	<b>6</b>	<b>14</b>
Лекции	6	2	8
Практические занятия	8	4	6
<b>Самостоятельная работа</b> , в том числе:	<b>94</b>	<b>62</b>	<b>85</b>
Контроль		4	9
Промежуточный контроль		зачет	экзамен, курсовая работа

#### 4.2. Тематический план дисциплины для заочной формы обучения

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самост. работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практич. занятия				
<b>6 семестр</b>							
1. Введение в теорию и методику физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания	50	4	4		42	Обсуждение в микрогруппах	

2. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации.	58	2	4		52	Обсуждение в микрогруппах	
<i>Всего</i>	<i>108</i>	<i>6</i>	<i>8</i>		<i>94</i>		
<b>7 семестр</b>							
3. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания	72	2	4		66	Обсуждение в микрогруппах. Оценка разработанного документа «Анализ техники двигательного действия»	Зачет. Вопросы зачёта.
<i>Всего</i>	<i>72</i>	<i>2</i>	<i>4</i>		<i>66</i>		
<b>8 семестр</b>							
4. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании	50	4	4		42	Технология моделирования процесса обучения двигательным действиям. Оценка разработанного документа (программа последовательного обучения)	Экзамен. Вопросы к экзамену.

5. Воспитания физических способностей	58	4	2		52	Обсуждение в микрогруппах. Оценка разработанного документа (программа развития физических способностей)	
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>8</b>	<b>6</b>		<b>94</b>		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

### 4.3. Содержание дисциплины

*Тема 1. Введение в теорию и методику физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания (4 часа).*

*Лекция 1, 2. Введение в теорию и методику физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания.* Значение теории и методики физического воспитания для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры. Предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и методика физического воспитания», её интегрирующая роль и место в системе высшего профессионального образования.

Характеристика системы физического воспитания. Тенденции формирования теории физической культуры, её структура в системе знаний о физической культуре. Место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение.

Основные понятия теории: «физическая культура», «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическое воспитание», «спорт», «физическое развитие», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическая подготовленность», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий в системе физического воспитания.

*Практические занятия 1,2. Введение в теорию и методику физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания. (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Содержание структуры физического воспитания.

1. Основные понятия, раскрывающие содержание физического воспитания как педагогического процесса в физкультурно-спортивной деятельности.

Задание: 1. Провести педагогическую игру в микрогруппах (Знатор Теории физического воспитания). Обсуждение

2. Проанализировать основные понятия раскрывающие содержание физического воспитания как педагогического процесса. Сравнительный анализ. Обсуждение

3. Раскрыть содержание структуры физического воспитания, виды и формы организации. Сравнительный анализ. Обсуждение

*Тема 2. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации (2 часа).*

*Лекция 3. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации физического воспитания.* Физическое воспитание как целенаправленная деятельность воспитательного процесса в области физической культуры и

спорта. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания. Характеристика форм организации физического воспитания в системе образования РФ.

*Практические занятия 3, 4. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации физического воспитания (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Виды физического воспитания
2. Формы организации занятий в различных образовательных организациях.

Задание: 1. Сравнительный анализ организации занятий физическими упражнениями в различных учебных заведениях. Обсуждение

2. Осуществить сравнительный анализ организации форм занятий физическими упражнениями в ДОУ, общеобразовательной организации, системе СПО и ВПО по основным компонентам.

*Тема 3. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания (2 часа)*

*Лекция 4. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания.* Классификация средств физического воспитания. Физические упражнения как основное средство физического воспитания, основные характеристики физических упражнений. Техника, содержание и характеристика физических упражнений, вспомогательные средства физического воспитания.

Классификация методов, общепедагогические и специфические методы, методы обучения двигательным действиям, методы воспитания физических качеств, характеристика и содержание методов, педагогические возможности методов физического воспитания.

Принцип, иерархия принципов, общие принципы воспитательной стратегии общества, общепедагогические (общеметодические) принципы, специфические принципы физического воспитания.

*Практические занятия 5,6. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания. (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Классификация средств физического воспитания
2. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания.
3. Классификация методов физического воспитания.

Задание: 1. Проанализировать средства физического воспитания (направленность воздействия). Обсуждение

2. Выполнить анализ техники двигательного действия. Обсуждение

*Тема 4. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании (4 часа)*

*Лекция 5, 6. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании (4 часа).* Понятие о двигательных умениях и навыках. Структура и содержание этапов обучения двигательным навыкам. Этап начального разучивания, этап углублённого разучивания, этап закрепления и совершенствования. Методы, средства и приемы формирования двигательных навыков.

*Практические занятия 7,8. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании (4 часа)*

Учебные вопросы:

1. Характеристика этапов последовательного обучения двигательным навыкам.
2. Планирование обучения двигательным навыкам

Задание 1: Подготовить программу последовательного обучения двигательным навыкам. Обсуждение

Задание 2: Осуществить поэтапное планирование двигательному навыку на выбор студента. (Например, прыжок в длину с места, ведение баскетбольного мяча, бросок в кольцо). Обсуждение.

*Тема 5. Воспитание физических способностей (4 часа)*

*Лекция 5, 6. Воспитание физических способностей (4 часа).* Физические качества и способности, воспитание физических качеств, факторы проявления физических качеств и способностей, разновидности физических качеств, средства воспитания физических качеств и способностей, методические особенности воспитания физических качеств

*Практические занятия 9. Воспитание физических способностей (4 часа)*

Учебные вопросы:

1. Характеристика физических способностей и качеств.
2. Средства и методы развития физических способностей

Задание: Подготовить методическую разработку воспитания силовых способностей (скоростных, координационных, гибкости, выносливости). Обсуждение

*Тема 1. Введение в теорию и методiku физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания (4 часа).*

*Практические занятия 1, 2. Введение в теорию и методiku физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания. (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Содержание структуры физического воспитания.

1. Основные понятия, раскрывающие содержание физического воспитания как педагогического процесса в физкультурно-спортивной деятельности.

Задание: 1. Провести педагогическую игру в микрогруппах (Знатор Теории физического воспитания). Обсуждение

2. Проанализировать основные понятия раскрывающие содержание физического воспитания как педагогического процесса. Сравнительный анализ. Обсуждение

3. Раскрыть содержание структуры физического воспитания, виды и формы организации. Сравнительный анализ. Обсуждение

*Литература:*

1. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры (избранные лекции) [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева. — Электрон.дан. — Кемеров: КемГУ, 2016. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92362>.

2. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

3. Князев, В.М. Физическая культура в высших учебных заведениях России [Электронный ресурс] : учеб.пособие / В.М. Князев, С.С. Прокопчук. — Электрон.дан. — Санкт-Петербург: НИУ ИТМО, 2013. — 167 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/71158>.

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон.дан. — Москва: 2016. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9746>.

5. Манжелей, И. В. Мониторинг качества физического воспитания студентов : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 128 с. — ISBN 978-5-507-48571-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/385889>

6. Макаренко, В. Г. Воспитательная работа в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Г. Макаренко, Г. П. Коняхина. — Челябинск : Издательский центр «Уральская академия», 2019. — 75 с. 4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в

образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. – М.: Арсенал образования, 2018. – 393 с.

7. Лобастова, М. А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М. А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292118> (дата обращения: 13.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

*Тема 2. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации (2 часа).*

*Практические занятия 3, 4. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации физического воспитания (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Виды физического воспитания

2. Формы организации занятий в различных образовательных организациях.

Задание: 1. Сравнительный анализ организации занятий физическими упражнениями в различных учебных заведениях. Обсуждение

2. Осуществить сравнительный анализ организации форм занятий физическими упражнениями в ДОУ, общеобразовательной организации, системе СПО и ВПО по основным компонентам.

*Литература:*

1. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры (избранные лекции) [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева. — Электрон.дан. — Кемеров: КемГУ, 2016. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92362>.

2. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

3. Князев, В.М. Физическая культура в высших учебных заведениях России [Электронный ресурс] : учеб.пособие / В.М. Князев, С.С. Прокопчук. — Электрон.дан. — Санкт-Петербург : НИУ ИТМО, 2013. — 167 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/71158>.

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон.дан. — Москва: 2016. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9746>.

5. Манжелей, И. В. Мониторинг качества физического воспитания студентов : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 128 с. — ISBN 978-5-507-48571-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/385889>

6. Макаренко, В. Г. Воспитательная работа в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Г. Макаренко, Г. П. Коняхина. — Челябинск : Издательский центр «Уральская академия», 2019. — 75 с. 4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. – М.: Арсенал образования, 2018. – 393 с.

7. Лобастова, М. А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М. А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292118> (дата обращения: 13.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

*Тема 3. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания (2 часа)*

*Практические занятия 5,6. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания. (4 часа).*

Учебные вопросы:

1. Классификация средств физического воспитания
2. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания.
3. Классификация методов физического воспитания.

Задание: 1. Проанализировать средства физического воспитания (направленность воздействия). Обсуждение

2. Выполнить анализ техники двигательного действия. Обсуждение

*Литература:*

1. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон.дан. — Москва: 2016. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9746>.

2. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

*Тема 4. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании (4 часа)*

*Практические занятия 7,8. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании (4 часа)*

Учебные вопросы:

1. Характеристика этапов последовательного обучения двигательным навыкам.
2. Планирование обучения двигательным навыкам

Задание 1: Подготовить программу последовательного обучения двигательным навыкам.

Обсуждение

Задание 2: Осуществить поэтапное планирование двигательному навыку на выбор студента. (Например, прыжок в длину с места, ведение баскетбольного мяча, бросок в кольцо). Обсуждение.

*Литература:*

1. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон.дан. — Москва: 2016. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9746>.

2. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

*Тема 5. Воспитание физических способностей (4 часа)*

*Практические занятия 9. Воспитание физических способностей (4 часа)*

Учебные вопросы:

1. Характеристика физических способностей и качеств.
2. Средства и методы развития физических способностей

Задание: Подготовить методическую разработку воспитания силовых способностей (скоростных, координационных, гибкости, выносливости). Обсуждение

*Литература:*

1. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры (избранные лекции) [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева. — Электрон.дан. — Кемеров: КемГУ, 2016. — 144 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92362>.

2. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

3. Князев, В.М. Физическая культура в высших учебных заведениях России [Электронный ресурс] : учеб.пособие / В.М. Князев, С.С. Прокопчук. — Электрон.дан. — Санкт-Петербург : НИУ ИТМО, 2013. — 167 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/71158>.

4. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб.пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон.дан. — Москва: 2016. — 280 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9746>.

5. Манжелей, И. В. Мониторинг качества физического воспитания студентов : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 128 с. — ISBN 978-5-507-48571-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/385889>

6. Макаренко, В. Г. Воспитательная работа в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Г. Макаренко, Г. П. Коняхина. — Челябинск : Издательский центр «Уральская академия», 2019. — 75 с. 4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. — М.: Арсенал образования, 2018. — 393 с.

7. Лобастова, М. А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М. А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292118> (дата обращения: 13.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

#### *Основная:*

1. Манжелей, И. В. Мониторинг качества физического воспитания студентов : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 128 с. — ISBN 978-5-507-48571-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/385889>

2. Макаренко, В. Г. Воспитательная работа в сфере физической культуры : учебно-методическое пособие / В. Г. Макаренко, Г. П. Коняхина. — Челябинск : Издательский центр «Уральская академия», 2019. — 75 с. 4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. — М.: Арсенал образования, 2018. — 393 с.

3. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]: учеб.пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Электрон.дан. — Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/74503>.

4. Лобастова, М. А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М. А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292118> (дата обращения: 13.02.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### *Дополнительная:*

1. Бутин, И.М. Физическая культура в начальных классах/ И. М. Бутин, И. А. Бутина, Т. Н. Леонтьева, С. М. Масленников. - Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 175 с.

2. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: [учеб. пособие для фак. дошк. образования пед. вузов]/ Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; под ред. С. А. Козловой. - Москва: Академия, 2002.

Периодические издания:

Журнал «Теория и практика физической культуры».

Журнал «Физическая культура в школе».

Журнал «Гимнастика».

## 5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/</a>	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/</a>	Электронные базы данных НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/periodika/">https://www.ntspi.ru/library/periodika/</a>	Периодика НТГСПИ
<a href="https://iprmedia.ru">https://iprmedia.ru</a>	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
<a href="https://ibooks.ru">https://ibooks.ru</a>	ЭБС «Айбукс»
<a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭБС Юрайт
<a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>	«КонсультантПлюс»
<a href="http://cyberleninka.ru">http://cyberleninka.ru</a>	НЭБ «КиберЛенинка»
<a href="https://polpred.ru">https://polpred.ru</a>	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)
<a href="https://eivis.ru">https://eivis.ru</a>	ООО «ИВИС»
<a href="http://www.delpress.ru">www.delpress.ru</a>	«Деловая пресса»

## 5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда РГППУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).
11. LibreOffice.
12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Помещения

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для

самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

## **6.2. Оборудование и технические средства обучения**

### **6.2.1. Оборудование, в т.ч. специализированное**

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки. Спортивное оборудование: бинты, шины, муляжи.

### **6.2.2. Технические средства обучения**

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

### **6.2.3. Учебные и наглядные пособия**

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.