

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Родин Олег Федорович
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 23.05.2025 13:41:30
Уникальный программный идентификатор:
2246bb4b5eca53e35a45d6a91259e790782354e7

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижегородский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.08.07 «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ»**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование
Профиль подготовки	Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура
Формы обучения	очная

Автор(ы): канд. хим.наук, доцент, кафедры БЖФК Дейкова Т.Н.
канд. пед. наук, доцент кафедры БЖФК
Власова О.П.

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры.
Протокол от 16.02.2025 № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической
комиссией ФСБЖ. Протокол от 16.02.2025 № 6

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» относится к дисциплинам обязательной части программы подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 и входит в предметно-методический модуль по профилю Физическая культура.

Изучение дисциплины базируется на освоении дисциплины «Методика преподавания предмета "Физическая культура"», «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте».

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.	Знает способы работы в команде Умеет работать в команде, проявляет лидерские качества и умения. Владеет способностью работать в команде, проявляет лидерские качества и умения.
	УК-3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями.	Знает способы эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями. Умеет демонстрировать способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями. Владеет способами эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями.
	УК-3.3. Знает основные принципы и механизмы социального взаимодействия и условия эффективной работы в команде.	Знает: основные принципы и механизмы социального взаимодействия и условия эффективной работы в команде Умеет применять основные принципы и механизмы социального взаимодействия и условия эффективной работы в команде. Владеет опытом применения основных принципов и механизмов социального взаимодействия и условия эффективной работы в команде.
УК2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм.	Знает: совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм Умеет: использовать способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями Владеет: инструментами эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями
	УК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	Знает: Возможности эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями Умеет: использовать инструменты достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм Владеет: инструментами достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм
	УК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов.	Знает: инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов Умеет: использовать инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов Владеет: инструментами эффективного цифрового моделирования для реализации образовательных процессов
ПК-1 – Способен	ПК-1.1. Знает структуру,	Знает структуру, состав и дидактические

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зач. ед. (288 часов).

Вид работы	Форма обучения		
	Очная		
	6 семестр	7 семестр	
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108	180	
Контактная работа , в том числе:	46	6	
Лекции	20	30	
Практические занятия	26	50	
Самостоятельная работа , в том числе:	53	73	
Контроль	9	27	
Промежуточный контроль	Зачет с оценкой	экзамен	

4.2. Учебно - тематическое планирование дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самостоятельная работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	лабы			
1. Введение в теорию и методiku физического воспитания. Характеристика системы физического воспитания	50	10	12		42	Обсуждение в микрогруппах	Итоговый тест Вопросы к зачету
2. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Цель, задачи, виды и формы организации.	58	10	14		52	Обсуждение в микрогруппах	
3. Принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания	72	0	14		66	Обсуждение в микрогруппах. Оценка разработанного документа «Анализ техники двигательного действия»	
4. Обучение двигательным умениям и навыкам в физическом воспитании	50	10	14		42	Технология моделирования процесса обучения двигательным действиям. Оценка разработанного документа (программа последовательного обучения)	
5. Воспитания физических	58	10	12		52	Обсуждение в микрогруппах.	

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 разделов (тем) дисциплины

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

Лекция 1, 2. Введение в теорию и методiku 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 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

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

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

Литература

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. 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>.

4. 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>.

5. 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>.

6. 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>.

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.

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

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

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.