

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.05.04 Методика обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии)  
на 216 часа(ов), 6 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.03.05 - Педагогическое образование (с  
двумя профилями подготовки)

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Физкультурное образование и физкультурно-оздоровительные технологии (для  
набора 2021)

Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

развитие у студентов способности и готовности к формированию у обучающихся физкультурно-оздоровительной компетенции в условиях образовательных учреждений разного уровня.

Задачи изучения дисциплины:

1) формировать представление о средствах, методах, способах физкультурно-оздоровительной деятельности, применяемых в образовательном процессе по физической культуре в образовательных учреждениях различного уровня, реализующих основные, дополнительные и, в т.ч., адаптивные образовательные программы;

2) формировать умения и навыки осуществления обучения физической культуре на основе применения современных физкультурно-оздоровительных методик и технологий, способствующих развитию у обучающихся базовой ценности здоровья и здорового образа жизни, а также интереса к учебному процессу;

3) формировать умения и навыки контроля и оценки предметных, метапредметных и личностных результатов обучения, педагогической поддержки и сопровождения обучающихся в процессе освоения образовательной программы по физической культуре.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина Б1.О.05.04 Методика и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) входит в модуль "Методический" обязательной части дисциплин учебного плана и изучается параллельно с одной из базовых профессиональных дисциплин Методика обучения и воспитания (физкультурное образование).

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных(ые) единиц(ы), 216 часов.

Виды занятий	Семестр 6	Семестр 7	Всего часов
Общая трудоемкость			216
Аудиторные занятия, в т.ч.	30	33	63
Лекционные (ЛК)	15	11	26
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	15	22	37

Лабораторные (ЛР)	0	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	42	39	81
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	Экзамен	72
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)			

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-2	ОПК-2.1. Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основы дидактики, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных образовательных технологий; пути достижения образовательных результатов в области ИКТ;	Знать: - основы дидактики, виды и приемы современных образовательных технологий физкультурно-оздоровительной направленности, применяемых в образовательном процессе по физической культуре;
ОПК-2	ОПК-2.2. Умеет: классифицировать образовательные системы и образовательные технологии; разрабатывать и применять отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде;	Уметь: - разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре физкультурно-оздоровительной направленности;
ОПК-2	ОПК-2.3. Владеет: приемами	Владеть: - приемами разработки

	<p>разработки и реализации программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы; средствами формирования навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее – ИКТ); действиями (навыками) реализации ИКТ технологий: на уровне пользователя, на общепедагогическом уровне; на уровне преподаваемого (ых) предметов (отражающая профессиональную ИКТ-компетентность соответствующей области человеческой деятельности).</p>	<p>программы по учебному предмету "Физическая культура" в контексте применения средств физкультурно-оздоровительной деятельности.</p>
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает: основы применения образовательных технологий (в том числе в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные приемы и типологию технологий индивидуализации обучения;</p>	<p>Знать: - основы применения образовательных технологий физкультурно-оздоровительной направленности (в т.ч. в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы в различных категориях обучающихся, в т.ч. с ОВЗ; - основные приемы индивидуализации обучения физкультурно-оздоровительной направленности;</p>
ОПК-3	<p>ОПК-3.2. Умеет: взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся;</p>	<p>Уметь: - соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся в процессе физкультурно-оздоровительной урочной и внеурочной деятельности;</p>
ОПК-3	<p>ОПК-3.3. Владеет: методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.);</p>	<p>Владеть: - действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся с ОВЗ в процессе физкультурно-оздоровительной урочной и внеурочной деятельности.</p>

	действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся.	
ОПК-4	ОПК-4.1. Знает общие принципы и подходы к реализации процесса воспитания; методы и приемы формирования ценностных ориентаций обучающихся, развития нравственных чувств (совести, долга, эмпатии, ответственности и др.), формирования нравственного облика (терпения, милосердия и др.), нравственной позиции (способности различать добро и зло, проявлять самоотверженность, готовности к преодолению жизненных испытаний) нравственного поведения (готовности служения людям и Отечеству);	Знать: - общие принципы и подходы к реализации процесса воспитания в процессе физкультурно-оздоровительной урочной и внеурочной деятельности; - методы и приемы формирования у обучающихся ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ, развития чувства ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих;
ОПК-4	ОПК-4.2. Умеет создавать воспитательные ситуации, содействующие становлению у обучающихся нравственной позиции, духовности, ценностного отношения к человеку;	Уметь: - создавать воспитательные ситуации, содействующие становлению у обучающихся ценностного отношения к человеку, его здоровью и ЗОЖ;
ОПК-4	ОПК-4.3. Владеет методами и приемами становления нравственного отношения обучающихся к окружающей действительности; способами усвоения подрастающим поколением и претворением в практическое действие и поведение духовных ценностей (индивидуальноличностных, общечеловеческих, национальных, семейных и др.).	Владеть: - методами и приемами становления ценностного отношения обучающихся к человеку, его здоровью и ЗОЖ; - способами усвоения обучающимися и претворением в практическое действие и поведение ценностей здоровья и ЗОЖ.
ОПК-5	ОПК-5.1. Знает: принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся; специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими	Знать: - принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся в процессе урочной и внеурочной форм физкультурно-оздоровительной деятельности; - технологии коррекционно-развивающей работы с

	обучающимися;	неуспевающими обучающимися в процессе урочной формы физкультурно-оздоровительной деятельности;
ОПК-5	ОПК-5.2. Умеет: применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся; проводить педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся;	Уметь: - применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей, уровня и динамики развития обучающихся в процессе урочной и внеурочной форм физкультурно-оздоровительной деятельности;
ОПК-5	ОПК-5.3. Владеет: действиями (навыками) применения методов контроля и оценки образовательных результатов обучающихся: формируемых в преподаваемом предмете предметных и метапредметных результатов; действиями (навыками) освоения и адекватного применения специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися.	Владеть: - навыками применения методов контроля и оценки образовательных результатов в процессе урочной и внеурочной форм физкультурно-оздоровительной деятельности;
ПК-1	ПК-1.1. Знает: концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса по физической культуре, определяемые ФГОС общего образования; закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания ФКО; структуру, состав и дидактические единицы содержания школьного предмета «физическая культура»; формы, методы и средства обучения физической культуре, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; особенности частных методик обучения в физической культуре;	Знать: - концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса по физической культуре, определяемые ФГОС дошкольного и общего образования в контексте формирования ЗОЖ у обучающихся; - закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания ФКО в контексте формирования ЗОЖ обучающихся; - содержание образовательной области "Физическое развитие" и учебного предмета "Физическая культура"; - формы, методы и средства сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся в рамках образовательной области

		"Физическое развитие" и предмета "Физическая культура", современные образовательные технологии сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся, методические закономерности их выбора; особенности частных методик сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся в рамках образовательной области "Физическое развитие" и предмета "Физическая культура";
ПК-1	<p>ПК-1.2. Умеет: формулировать дидактические цели и задачи обучения физической культуре и реализовывать их в образовательном процессе по физической культуре; реализовывать различные организационные формы в процессе обучения физической культуры (урок, малые формы физической культуры, домашнюю, внеклассную и внеурочную работу); обосновывать выбор методов обучения физической культуре и образовательных технологий, применять их в образовательной практике, исходя из особенностей содержания учебного материала, возраста и образовательных потребностей обучающихся комплексно применять различные средства обучения физической культуре;</p>	<p>Уметь: - формулировать дидактические цели и задачи обучения физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся; - обосновывать выбор методов и образовательных технологий обучения физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся, исходя из особенностей содержания учебного материала, возраста и образовательных потребностей;</p>
ПК-1	<p>ПК-1.3. Владеет: умениями реализации разных форм образовательного процесса для разных категорий обучающихся; методами обучения физической культуре и современными образовательными технологиями;</p>	<p>Владеть: - методами обучения физической культуре и современными образовательными технологиями в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ разных категорий обучающихся.</p>

ПК-2	ПК-2.1. Знает: характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения физической культуре (согласно ФГОС и примерной учебной программе по физической культуре); методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов обучения физической культуре;	Знать: - характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения физической культуре в части сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся; - методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов обучения физической культуре в части сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся;
ПК-2	ПК-2.2. Умеет: оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей; разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся; оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов (портфолио, профиль умений, дневник достижений и др.);	Уметь: - оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей в процессе реализации оздоровительной задачи физического воспитания; разрабатывать индивидуально ориентированные методические разработки и материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся ; оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов в процессе реализации оздоровительной задачи физического воспитания;
ПК-2	ПК-2.3. Владеет: умениями по созданию и применению в практике обучения физической культуре рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.	Владеть: - умениями по созданию методических разработок, дидактических материалов для решения оздоровительной задачи физического воспитания с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

ПК-3	ПК-3.1. Знает: теоретические и методические основы базовых видов ФСД и фитнес-технологий; теорию и методику обучения предмету «физическая культура»; исторические, социальные, экономические, управленческие и правовые основы ФКО; медико-биологические основы ФСД;	Знать: - методику обучения предмету «физическая культура» в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся;
ПК-3	ПК-3.2. Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения физической культуре в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся, в т.ч. с использованием фитнес-технологий;	Уметь: - осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями;
ПК-3	ПК-3.3. Владеет: предметным содержанием физической культуры; умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной формы обучения физической культуре, в т.ч. с использованием фитнес-технологий.	Владеть: - предметным содержанием физической культуры в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся; умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной формы обучения физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся.
ПК-4	ПК-4.1. Знает: способы организации образовательной деятельности обучающихся при обучении физической культуре, приемы мотивации школьников к учебной и учебно-исследовательской работе по физической культуре;	Знать: - способы организации образовательной деятельности обучающихся при обучении физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся ;
ПК-4	ПК-4.2. Умеет: организовывать различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе по физической культуре;	Уметь: - организовывать различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе по физической культуре

	применять приемы, направленные на поддержания познавательного интереса;	в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся ;
ПК-4	ПК-4.3. Владеет умениями организации разных видов деятельности обучающихся при обучении физической культуре и приемами развития познавательного интереса.	Владеть: - умениями организации разных видов деятельности обучающихся при обучении физической культуре в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования ЗОЖ обучающихся .

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Методика обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) дошкольников	Организационные и нормативные основы деятельности инструктора по физическому воспитанию дошкольного образовательного учреждения (ДОУ). Морфофункциональные и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста. Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ. Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни в процессе	72	15	15	0	42

			физического воспитания дошкольников.					
2	2.1	Методика обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) школьников	Валеология как методологическая основа методики обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) школьников. Формирование культуры здоровья и ЗОЖ младших школьников: методологический подход. Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста. Формирование культуры здоровья и ЗОЖ обучающихся основной и старшей школы: методологический подход. Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с обучающимся основной и старшей школы.	72	11	22	0	39
Итого				144	26	37	0	81

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Организационные и нормативные основы деятельности инструктора по	Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования. Структурная модель управления ДОУ. Инфраструктура ДОУ. Роль	4

		физическому воспитанию дошкольного образовательного учреждения (ДОУ)	руководителя физического воспитания в образовательном процессе ДОУ: требования профстандарта «Педагог»; должностные обязанности руководителя и педагога по физической культуре (инструктора по физической культуре); направления деятельности. Нормативно-правовые основы ДО. Анализ ФГОС ДО в контексте сохранения и укрепления здоровья дошкольников.	
	1.1	Морфофункциональные и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста	Границы дошкольного возраста. Возрастные кризисы дошкольного периода детства. Рост и физическое развитие дошкольника. Скелетно-мышечная система дошкольника. Конституция. Работоспособность и устойчивость дошкольника к нагрузкам. Метаболизм и вегетативные функции дошкольника. Органы чувств дошкольника. Терморегуляция в дошкольном возрасте. Иммуитет и его особенности в дошкольном возрасте. Особенности познавательной сферы дошкольника.	4
	1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ	Формы физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ для различных возрастных групп дошкольников. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня ДОУ (утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультминутки и физкультпаузы, дыхательная гимнастика, закаливание, самомассаж рук, головы и лица). Дополнительные физкультурные занятия во второй половине дня оздоровительной, корректирующей направленности. Активный отдых: физкультурные досуги и физкультурные праздники, Дни здоровья, детский туризм (пеший и лыжный). Физкультурно-оздоровительная работа в каникулярный период. Организация	4

			<p>самостоятельной двигательной деятельности детей: подвижные игры и физические упражнения в групповом помещении, на прогулке. Индивидуальная работа с детьми, в т.ч. корригирующей направленности. Задания на дом. Консультативная работа с родителями: online-консультации по вопросам повышения уровня физической подготовленности и здоровья детей; методические рекомендации по повышению уровня физической подготовленности и здоровья детей, снижению факторов риска здоровья; flesh mob-акции спортивно-патриотической и оздоровительной направленности; родительские собрания в группах.</p>	
	1.1	<p>Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни в процессе физического воспитания дошкольников</p>	<p>Требования ФГОС ДО в контексте формирования представлений о здоровье и ЗОЖ у дошкольников. Содержание образовательных программ дошкольного образования в контексте формирования представлений о здоровье и ЗОЖ у дошкольников. Методические особенности формирования представлений о здоровье и ЗОЖ у дошкольников различных возрастных групп.</p>	3
2	2.1	<p>Валеология как методологическая основа методики обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) школьников</p>	<p>Становление валеологического знания в России. Перспективные направления развития валеологии. Валеологическое образование в современных условиях. Валеологическое образование, его компоненты. Валеологические знания. Валеологическое воспитание. Валеологическое просвещение. Валеологическая грамотность. Роль учителя физической культуры в валеологическом образовании обучающихся.</p>	2
	2.1	<p>Формирование культуры здоровья и</p>	<p>Возрастные особенности младшего школьника. Требования ФГОС НОО в контексте формирования ЗОЖ.</p>	2

		ЗОЖ младших школьников: методологический подход.	Методические особенности формирования ЗОЖ у младших школьников.	
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста	Методические аспекты реализации принципа оздоровительной направленности в начальной школе. Урок как форма организации оздоровления младших школьников. Оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников.	2
	2.1	Формирование культуры здоровья и ЗОЖ обучающихся основной и старшей школы: методологический подход	Возрастные особенности подросткового (12-15 лет – девочки; 13-16 лет – мальчики) и раннего юношеского (15-16 – 17-18 лет) периодов. Требования ФГОС в контексте формирования ЗОЖ на ступени основной и старшей школы. Методические особенности формирования ЗОЖ у обучающихся основной и старшей школы	3
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с обучающимися основной и старшей школы.	Методические аспекты реализации принципа оздоровительной направленности в основной и старшей школе. Урок как форма организации оздоровления учащихся среднего и старшего школьного возраста. Оздоровительные технологии физического воспитания учащихся среднего и старшего школьного возраста.	2

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Организационные и нормативные основы деятельности инструктора по	Требования к организации физического воспитания в режиме режима дня ДОУ (практико-ориентированное задание).	2

		физическому воспитанию дошкольного образовательного учреждения (ДОУ)		
	1.1	Морфофункциональные и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста	Средовые закономерности эволюционного и индивидуального развития движений как основа построения физкультурно-оздоровительных программ в ДОУ.	2
	1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ	Утренняя гимнастика. Физкультминутки. Гимнастика после сна. Корректирующая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Массаж и самомассаж. Физкультурные досуги и праздники. Формы физкультурно-оздоровительной деятельности в каникулярный период. Дополнительные физкультурные занятия с использованием элементов ФОД, в т.ч. нетрадиционных, современных видов оборудования.	9
	1.1	Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни в процессе физического воспитания дошкольников	Методические особенности проведения интегрированных физкультурно-познавательных занятий с направленностью на формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни у дошкольников разных возрастных групп.	2
2	2.1	Валеология как методологическая основа методики обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительн	Валеологическое образование в современных условиях. Уроки здоровья: опыт педагогов-практиков.	4

		ые технологии) школьников		
	2.1	Формирование культуры здоровья и ЗОЖ младших школьников: методологический подход	<p>Методические особенности формирования знаний, умений и навыков ЗОЖ у младших школьников. Современные методы обучения ЗОЖ младших школьников («Эмоциональные опоры», листы опорных сигналов В.Ф. Шаталова, метод образовательных ситуаций и др.). Особенности использования технологии учебного проектирования, технологии организации учебно-исследовательской деятельности младших школьников в процессе формирования ЗОЖ на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности.</p> <p>Педагогические техники, применяемые в начальной школе в контексте решения задачи формирования ЗОЖ у младших школьников (Мозговой штурм, Комнаты Диснея (методика трех стульев), Синквейн, Фишбоун, Кластер, «Да-Нетка» и др.). Внеурочная деятельность как форма работы по формированию ЗОЖ у учащихся начальной школы.</p>	5
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста	<p>Особенности организации и проведения уроков оздоровительной направленности в начальной школе.</p> <p>Особенности организации и проведения внеурочных физкультурно-оздоровительных мероприятий. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья младших школьников.</p>	5
	2.1	Формирование культуры здоровья и ЗОЖ обучающихся основной и старшей	<p>Традиционные, активные и интерактивные методы обучения учащихся основной и средней школы, применяемые в процессе формирования ЗОЖ на уроках физической культуры. Внеурочная деятельность как форма работы по</p>	4

		школы: методологический подход	формированию ЗОЖ у учащихся основной и старшей школы.	
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с обучающимися основной и старшей школы	Особенности организации и проведения уроков оздоровительной направленности в основной и старшей школе. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья учащихся основной и старшей школы в процессе внеурочной деятельности.	4

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Организационные и нормативные основы деятельности инструктора по физическому воспитанию дошкольного образовательного учреждения (ДОУ). Анализ основных нормативных документов дошкольного образования в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни обучающихся (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным	Разработка и заполнение обобщающей таблицы "Анализ основных нормативных документов дошкольного образования в контексте сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни обучающихся".	10

		<p>общеобразовательным программам дошкольного образования (в ред. 2020 г.); "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (в ред. 2013 г.); Конвенция ООН о правах ребенка (1989); Концепция дошкольного воспитания (1989); Федеральный закон N 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (ред. 2021 г.).</p>		
	1.1	<p>Морфофункциональные и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста.</p>	<p>Творческое задание: составление портрета современного дошкольника, отражающего особенности развития и основные факторы риска здоровья в дошкольном детстве.</p>	10
	1.1	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников</p>	<p>Практико-ориентированное задание: составление папки-копилки методик физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников разных возрастных групп.</p>	12
	1.1	<p>Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни в процессе физического воспитания дошкольников</p>	<p>Практико-ориентированное задание: составление папки-копилки методик формирования представлений о здоровье и здоровом образе жизни у дошкольников разных возрастных групп.</p>	10
2	2.1	<p>Валеология как методологическая основа</p>	<p>Практико-ориентированное задание:</p>	7

		методики обучения и воспитания (физкультурно-оздоровительные технологии) школьников. Уроки здоровья: опыт педагогов-практиков.	создание папки-копилки уроков здоровья для учащихся начальной, основной и старшей школы.	
	2.1	Формирование культуры здоровья и ЗОЖ младших школьников: методологический подход. Педагогические техники, применяемые в начальной школе в контексте решения задачи формирования ЗОЖ у младших школьников	Практико-ориентированное задание: разработать конспект урока здоровья для младших школьников, с использованием известных педагогических техник (на примере одного класса). Практико-ориентированное задание: разработать перечень тем учебно-исследовательских проектов по ЗОЖ, предлагаемых для реализации на уроках физической культуры в начальной школе (в соответствии с содержанием примерной образовательной программы по ФК В.И. Ляха).	8
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми младшего школьного возраста. Современные методики и технологии сохранения и укрепления здоровья младших школьников.	Практико-ориентированное задание: создание папки-копилки методик и технологий сохранения и укрепления здоровья младших школьников.	8
	2.1	Формирование культуры здоровья и ЗОЖ обучающихся основной и старшей школы: методологический подход. Внеурочная деятельность как форма работы по формированию	Практико-ориентированное задание: разработать план-конспект классного часа для учащихся основной школы, с использованием традиционных, активных и интерактивных методов	8

		ЗОЖ у учащихся основной и старшей школы.	обучения (на примере одного класса). Практико-ориентированное задание: разработать план-конспект классного часа для учащихся старшей школы в форме консультации о ЗОЖ, с применением интерактивного буклета. Практико-ориентированное задание: разработать перечень тем учебно-исследовательских проектов по ЗОЖ, предлагаемых для реализации на уроках физической культуры в основной и старшей школе (в соответствии с содержанием примерной образовательной программы по ФК).	
	2.1	Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с обучающимся основной и старшей школы. Современные методики и технологии сохранения и укрепления здоровья учащихся основной и старшей школы.	Практико-ориентированное задание: создание папки-копилки методик и технологий сохранения и укрепления здоровья учащихся основной и старшей школы.	8

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

### **5.1.1. Печатные издания**

1. Астафьев, В.С. Физкультурно-оздоровительные технологии для лиц с ограниченными возможностями здоровья [Текст] : учеб.- метод. пособие / В.С. Астафьев, О.Е. Клименко, А.А. Люлицина ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2020. - 164 с. - ISBN 978-5-9293-2747-6 : 312-00.

2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Матвеев Л.П. - Москва : Спорт, 2021. - 520 с. - ISBN 978-5-907225-59-6. <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225596.html>

### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Физкультурно-оздоровительные технологии : Учебное пособие для вузов / Кондаков В. Л., Горелов А. А., Румба О. Г., Копейкина Е. Н. - Москва : Юрайт, 2022. - 334 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/497591> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-13599-2 : 1039.00.

2. Современные физкультурно-оздоровительные технологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Подоляка А. Е., Подоляка О. Б., Максимихина Е. В., Баранов А. В., Варфоломеева З. С., Гаврикова О. Ю., Варфоломеевой З. С. - Череповец : ЧГУ, 2021. - 122 с. - Книга из коллекции ЧГУ - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-85341-898-1.

3. Башта, Л.Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Башта Л.Ю. - Москва : СибГУФК, 2019. - 108 с. - ISBN 978-5-91930-127-1.

4. Айзман Роман Иделевич. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 282 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491312> (дата обращения: 12.10.2022). - ISBN 978-5-534-07354-6 : 1139.00.

5. Завьялова, Татьяна Павловна. Теория и методика физического воспитания дошкольников: Учебное пособие для вузов / Завьялова Т. П., Стародубцева И. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 350 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/476041> (дата обращения: 10.08.2021).

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. Николенко, Ю.Ф. Проектирование процесса физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 173 с. - ISBN 978-5-9293-1633-3 : 173-00.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата : метод. пособие / под ред. А.А. Потапчук. - Санкт-Петербург : ГАФК, 2004. - 148 с. - ISBN 5-8172-0052-X : 150-00.

### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования : Учебник и практикум для вузов / под ред. Микляевой Н. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 450 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/498837> (дата обращения: 07.02.2022). -

ISBN 978-5-534-12763-8 : 1359.00.

2. Завьялова, Татьяна Павловна. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования. Туризм в детском саду : Учебное пособие для вузов / Завьялова Т. П. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 228 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/472868> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-04709-7 : 669.00.

3. Виленская, Татьяна Евгеньевна. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников : Учебное пособие Для СПО / Виленская Т. Е. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 285 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494826> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-10215-4 : 909.00.

4. Завьялова, Татьяна Павловна. Теория и методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: занятия футболом: Учебное пособие для вузов / Завьялова Т. П., Стародубцева И. В., Колчанов Д. Ю. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2021. - 172 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/476794> (дата обращения: 10.08.2021). <https://urait.ru/bcode/476794>

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
НЭБ "eLIBRARY.RU"	<a href="https://zabgu.ru/php/page.php?query=elibrary">https://zabgu.ru/php/page.php?query=elibrary</a>
ЭБС "Юрайт"	<a href="https://zabgu.ru/php/page.php?query=yurajt">https://zabgu.ru/php/page.php?query=yurajt</a>
ЭБС "Лань"	<a href="https://zabgu.ru/php/page.php?query=lan%27">https://zabgu.ru/php/page.php?query=lan%27</a>
ЭБС "Консультант Студента"	<a href="https://zabgu.ru/php/page.php?query=konsul%27tant_studenta">https://zabgu.ru/php/page.php?query=konsul%27tant_studenta</a>
Электронная библиотека диссертаций "РГБ"	<a href="https://zabgu.ru/php/page.php?query=rgb">https://zabgu.ru/php/page.php?query=rgb</a>

### 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, АБВУУ FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МераПро".

Программное обеспечение специального назначения:

1) Google Chrome

2) Smart Install Maker

### 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## **8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

При изучении дисциплины вопросы по темам, предлагаемым для рассмотрения на лекционных и семинарских занятиях, распределяются, частично дублируя друг друга. На лекции материал по теме излагается студентам по плану преподавателя. Для подготовки к семинарам студентам заранее выдается задание к семинарскому занятию (собеседованию), содержащее вопросы по теме для устного выступления (доклада, сообщения), подготовки презентаций (проектов), основные понятия темы, разноуровневые задания для самостоятельной работы и список рекомендуемой литературы. При подготовке к семинарскому занятию студенту на основе анализа литературных источников необходимо выполнить одно из заданий: подготовить для выступления один из вопросов, либо ряд вопросов по разделу/теме дисциплины, составить обобщающую таблицу, подготовить и защитить презентацию (проект), выполнить самостоятельную работу.

Разработчик/группа разработчиков:  
Анна Александровна Шibaева

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.