

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 Теоретических основ физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.05.05 Частные методики обучения и воспитания  
на 180 часа(ов), 5 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.03.01 - Педагогическое образование

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

Профиль – Физкультурное образование (для набора 2023)  
Форма обучения: Заочная

## 1. Организационно-методический раздел

### 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

овладение методикой физкультурного образования студентов и взрослого населения

Задачи изучения дисциплины:

углубить знания по теории физического воспитания в аспекте возрастного развития обучающихся студенческого возраста и взрослого населения

изучить методические особенности физкультурного образования студентов СПО и ВО

изучить методические особенности организации физкультурно-оздоровительной деятельности в трудоспособный период и в пожилом возрасте

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

Содержание данной дисциплины тесно связано с другими дисциплинами учебного плана, такими как «Теория и методика физической культуры», «Педагогика», «Психология», «Анатомия», «Физиология», Методика обучения и воспитания и другими, конкретизирует и дополняет их относительно сферы физкультурного образования студенческой молодежи и взрослого населения.

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных(ые) единиц(ы), 180 часов.

Виды занятий	Семестр 8	Семестр 9	Всего часов
Общая трудоемкость			180
Аудиторные занятия, в т.ч.	14	14	28
Лекционные (ЛК)	6	6	12
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	8	8	16
Лабораторные (ЛР)	0	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	58	58	116
Форма промежуточной	Зачет	Экзамен	36

аттестации в семестре			
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: - историю физической культуры; - теорию и методику физкультурного образования; - роль и место физкультурного образования в жизни личности и общества; - основы классической дидактики; - основные принципы реализации деятельностного подхода в процессе физкультурного образования; - современные тенденции развития образования в области физической культуры (информатизация, цифровизация и др.); - пути достижения образовательных результатов в области физической культуры с том числе с использованием ИКТ
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: - классифицировать образовательные системы и образовательные технологии, применяемые в процессе физкультурного образования; - разрабатывать и применять отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности в

		реальной и виртуальной образовательной среде
ОПК-2	ОПК-2.3 Владеет: приемами разработки и реализации программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы; средствами формирования навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее – ИКТ); действиями (навыками) реализации ИК технологий: на уровне пользователя, на общепедагогическом уровне; на уровне преподаваемого (ых) предметов (отражающая профессиональную ИКТ-компетентность соответствующей области человеческой деятельности)	Владеть: - приемами разработки и реализации программ учебной дисциплины «Физическая культура» в рамках основной общеобразовательной программы; - средствами формирования у обучающихся навыков, связанных с ИКТ, через содержание учебного предмета «Физическая культура»; - действиями (навыками) реализации ИК технологий в процессе преподавания физической культуры
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 обучающимися	Знать: - принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся - специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися
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: - осуществлять отбор диагностического инструментария для оценки показателей уровня и динамики физического и психического развития обучающихся; – применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики физического и психического развития обучающихся; – проводить педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся по физической культуре

ОПК-5	<p>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</p>	<p>Владеть: - действиями (навыками) применения методов контроля и оценки образовательных результатов обучающихся - формируемых в преподаваемом предмете «Физическая культура» предметных и метапредметных результатов; – действиями (навыками) освоения и адекватного применения специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися</p>
ПК-1	<p>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</p>	<p>Знать: – концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса по физической культуре, определяемые ФГОС общего образования; – закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания физкультурного образования; – 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</p>
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</p>	<p>Уметь: – формулировать дидактические цели и задачи обучения 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</p>

	<p>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 обучаемых; комплексно применять различные средства обучения физической культуре</p>	<p>обучения и образовательных технологий, применять их в образовательной практике, исходя из особенностей содержания учебного материала по физической культуре, возраста и образовательных потребностей обучаемых; – комплексно применять различные средства обучения физической культуре</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: – умением реализовывать разные формы (урок, малые формы физической культуры, домашние задания, внеклассную и внеурочную работу) образовательного процесса для разных категорий обучающихся; – методами обучения физической культуре; – современными образовательными технологиями применительно к предмету «физическая культура»</p>
ПК-2	<p>ПК-2.1 – Знает: характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения физической культуре (согласно ФГОС и примерной учебной программе); методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов обучения физической культуре</p>	<p>Знать: – характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения физической культуре (согласно ФГОС и примерной учебной программе); – методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов обучения физической культуре</p>
ПК-2	<p>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</p>	<p>Уметь: – 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</p>

	<p>гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся;</p> <p>оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов (портфолио, профиль умений, дневник достижений и др.)</p>	<p>гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся;</p> <p>– оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов (портфолио, профиль умений, дневник достижений и др.)</p>
ПК-2	<p>ПК-2.3 – Владеет: умениями по созданию и применению в практике обучения физической культуре рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей учащихся</p>	<p>Владеть: – умениями (навыками) применения в практике обучения физической культуре рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей учащихся;</p> <p>– умениями (навыками) разработки рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей учащихся</p>
ПК-3	<p>ПК-3.1 – Знает:</p> <p>теоретические и методические основы базовых видов ФСД; теорию и методику обучения предмету «физическая культура»; исторические, социальные, экономические, управленческие и правовые основы ФКО; медико-биологические основы ФСД</p>	<p>Знать: – теоретические и методические основы базовых видов ФСД;</p> <p>–теорию и методику обучения предмету «физическая культура»;</p> <p>– исторические, социальные, экономические, управленческие и правовые основы ФКО;</p> <p>– медико-биологические основы ФСД</p>
ПК-3	<p>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</p>	<p>Уметь: – осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения физической культуре в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся</p>
ПК-3	<p>ПК-3.3 – Владеет: предметным содержанием физической культуры; умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и</p>	<p>Владеть: – предметным содержанием физической культуры;</p> <p>– умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи</p>

	внеурочной формы обучения физической культуре	урочной и внеурочной формы обучения физической культуре
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 (учебной, проектной, исследовательской, физкультурно-спортивной, спортивно-оздоровительной, рекреационной) деятельности обучающихся при обучении физической культуре; –закономерности формирования и совершенствования познавательной активности обучающихся в процессе физкультурного образования; – приемы мотивации школьников к учебной и учебно-исследовательской работе по физической культуре
ПК-4	ПК-4.2 – Умеет: организовывать различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе по физической культуре; применять приемы, направленные на поддержания познавательного интереса;	Уметь: – организовывать различные виды деятельности обучающихся (учебной, проектной, исследовательской, физкультурно-спортивной, спортивно-оздоровительной, рекреационной) в образовательном процессе по физической культуре; – применять приемы, направленные на поддержание познавательного интереса обучающихся в процессе физкультурного образования; – мотивировать школьников к учебной и учебно-исследовательской работе по физической культуре
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 (учебной, проектной, исследовательской, физкультурно-спортивной, спортивно-оздоровительной, рекреационной) деятельности обучающихся при обучении физической культуре; – приемами развития познавательного интереса; – способами и методами мотивации школьников к учебной



	и учебно-исследовательской работе по физической культуре
--	--

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для заочной 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 физического воспитания студенческой молодежи	Значение и задачи ФВ студентов. Возрастные особенности студенческого контингента. Психофизиологическая характеристика учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства ФВ студентов. Методы ФВ студентов. Формы ФВ студентов. Мониторинг физического состояния студентов.	28	4	4	0	20
	1.2	Методика физического воспитания учащихся с ОВЗ	Методика ФВ дошкольников с ОВЗ. Методика ФВ школьников с ОВЗ. Методика ФВ студентов с ОВЗ.	44	2	4	0	38
2	2.1	Методика физического воспитания в основной период трудовой деятельности	Социальное значение и задачи ФВ взрослого населения. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. Основы профессионально-прикладной	36	4	4	0	28

			<p>физической подготовки. Требования к физической подготовленности специалистов в различных сферах деятельности и тенденции их изменения Физическая культура в режиме трудового дня. Физическая культура в быту трудящихся. Повышение физкультурной грамотности трудоспособного населения. Мониторинг физического состояния лиц молодого и зрелого возраста</p>					
	2.2	Методика физического воспитания в пожилом возрасте	<p>Старение как физиологический процесс. Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста. Повышение физкультурной грамотности лиц пожилого и старшего возраста. Методические особенности занятий физическими упражнениями с лицами пожилого и старшего возраста</p>	36	2	4	0	30
Итого				144	12	16	0	116

### 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	Значение и задачи ФВ студентов.	Социальное значение ФВ в студенческий период. Цели и задачи ФВ студентов. Общая организация	2

			процесса ФВ студентов.	
	1.1	Средства ФВ студентов. Методы ФВ студентов. Формы ФВ студентов.	Характеристика средств, методов и форм физического воспитания студентов	2
	1.2	Методика ФВ дошкольников с ОВЗ.	Принципы формирования СМГ. Особенности методики ФВ детей дошкольного возраста, относящихся к СМГ	2
2	2.1	Социальное значение и задачи ФВ взрослого населения.	Цель и задачи ФВ взрослого населения	2
	2.1	Основы профессионально-прикладной физической подготовки.	Назначение и задачи ППФП. Построение и основы методики ППФП	2
	2.2	Методические особенности занятий физическими упражнениями и с лицами пожилого и старшего возраста	Формы, средства, методы, применяемые в процессе физического воспитания пожилых людей	2

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

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Психофизиологическая характеристика учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов.	Подготовка доклада/презентации по рассматриваемой теме	2
	1.1	Мониторинг	Выполнение практико-	2

		физического состояния студентов.	ориентированного задания	
	1.2	Методика ФВ школьников с ОВЗ.	Методические особенности ФВ школьников, относящихся по состоянию здоровья к СМГ	2
	1.2	Методика ФВ студентов с ОВЗ.	Методические особенности ФВ студентов, относящихся по состоянию здоровья к СМГ	2
2	2.1	Требования к физической подготовленности специалистов в различных сферах деятельности и тенденции их изменения	Презентация результатов выполнения практико-ориентированного «Изучение и уточнение профессиограммы»	2
	2.1	Физическая культура в режиме трудового дня.	Презентация результатов выполнения практико-ориентированного задания «Разработка содержания комплекса производственной гимнастики»	2
	2.2	Повышение физкультурной грамотности лиц пожилого и старшего возраста.	Выполнение практико-ориентированного задания	2
	2.2	Методические особенности занятий физическими упражнениями и с лицами пожилого и старшего возраста	Выполнение практико-ориентированного задания	2

### 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	Возрастные особенности студенческого контингента. Психофизиологическая характеристика учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства ФВ студентов. Методы ФВ студентов. Формы ФВ студентов. Мониторинг физического состояния студентов.	Изучение литературных источников по изучаемым темам. Конспектирование. Подготовка доклада и презентации, отражающих результаты выполнения практико-ориентированных заданий.	20
	1.2	Методика ФВ дошкольников с ОВЗ. Методика ФВ школьников с ОВЗ. Методика ФВ студентов с ОВЗ.	Изучение литературных источников по изучаемым темам. Конспектирование. Подготовка доклада и презентации, отражающих результаты выполнения практико-ориентированных заданий.	38
2	2.1	Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в быту трудящихся. Мониторинг физического состояния лиц молодого и зрелого возраста	Изучение литературных источников по изучаемым темам. Конспектирование. Подготовка доклада и презентации, отражающих результаты выполнения практико-ориентированных заданий.	28
	2.2	Старение как физиологический процесс. Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста. Повышение физкультурной	Изучение литературных источников по изучаемым темам. Конспектирование. Подготовка доклада и презентации, отражающих результаты выполнения практико-	30

		грамотности лиц пожилого и старшего возраста. Методические особенности занятий физическими упражнениями с лицами пожилого и старшего возраста	ориентированных заданий.	
--	--	--	--------------------------	--

#### **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. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шибаева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с.
2. Комплекс ГТО в физическом воспитании детей и молодежи [Текст] : моногр. / Шибаева А.А., Овчинникова Е.И., Федорова М.Ю., Бочкарникова Н.В., Шарова О.Ю. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 280 с.

###### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Листкова М. Л. Физическое воспитание студенческой молодёжи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Листкова М. Л., Сидоров Л. К. - Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2021. - 350 с.
2. Ериков В. М. Общие основы и виды оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ериков В. М., Никулин А. А., Левин П. В. - Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2021. - 140 с.
3. Ериков В. М. Общие основы и виды оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ериков В. М., Никулин А. А., Левин П. В. - Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2021. - 140 с.

##### **5.2. Дополнительная литература**

###### **5.2.1. Печатные издания**

1. Векторы развития физкультурного образования: взгляд молодых исследований [Текст] : моногр. / Ю.Ф. Николенко [и др.] ; под ред. Е.И. Овчинниковой ; Забайкальский

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Карпинский, А. А. Физическое воспитание студентов, имеющих ограничение по состоянию здоровья [Электронный ресурс] : учебно–методическое пособие для студентов всех профилей и направлений подготовки / Карпинский А. А. - Москва : РУТ (МИИТ), 2020. - 68 с.

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

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>

### 6. Перечень программного обеспечения

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

Программное обеспечение специального назначения:

### 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, закрепленной 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, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

### 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Изучение дисциплины должно осуществляться с опорой на межпредметные связи. В процессе освоения данной дисциплины особую роль играют знания по возрастной педагогике, психологии, физиологии и др. наук.



Разработчик/группа разработчиков:  
Екатерина Сергеевна Беломестнова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

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