

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.03.02 Теоретико-методические аспекты физкультурного образования  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.04.01 - Педагогическое образование

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

Профиль – Образование в области физической культуры и спорта (для набора 2022)  
Форма обучения: Очная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

освоение магистрантами основ теории и методики физического воспитания

Задачи изучения дисциплины:

Добиться прочного усвоения магистрами знаний, составляющих содержание общей современной теории и методики физического воспитания на уровне, соответствующем квалификации магистра

Развивать способность обобщенно осмысливать информацию, относящуюся к теоретико-методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования

Сформировать у магистрантов умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности по физической культуре и спорту

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

Дисциплина «Теоретико-методические аспекты физкультурного образования» является основополагающим предметом профессиональной подготовки магистров физкультурного образования. Компетенции, полученные в ходе освоения данной дисциплины необходимы для осуществления практической деятельности в области физической культуры и спорта.

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 1	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	36	36
Лекционные (ЛК)	12	12
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	24	24
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	36	36
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0

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
УК-5	УК-5.1 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ	<p>Знать: содержание общей современной теории и методики физического воспитания</p> <p>Уметь: находить и использовать необходимую информацию в области теории и методики физического воспитания</p> <p>Владеть: приемами саморазвития в области теории и методики физического воспитания</p>
УК-5	УК-5.3 Умеет толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции	<p>Знать: социокультурные особенности людей, влияющие на эффективность осуществления процесса физического воспитания</p> <p>Уметь: толерантно и конструктивно взаимодействовать с людьми с учетом их социокультурных особенностей в процессе физического воспитания</p> <p>Владеть: приемами толерантного и конструктивного взаимодействия с людьми в процессе физического воспитания</p>
ОПК-6	ОПК-6.1 Знает: психолого-педагогические основы учебной деятельности; принципы	Знать: необходимые для индивидуализации процесса физического воспитания

	<p>проектирования и особенности использования психолого-педагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p>	<p>особенности обучающихся с ОВЗ</p>
ОПК-6	<p>ОПК-6.2 Умеет: использовать знания об особенностях развития обучающихся для планирования учебно-воспитательной работы; применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p>	<p>Уметь: использовать знания об особенностях развития обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в процессе физического воспитания</p>
ОПК-6	<p>ОПК-6.3 Владеет: умениями учета особенностей развития обучающихся в образовательном процессе; умениями отбора и использования психологопедагогических (в том числе инклюзивных) технологий в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; умениями разработки и реализации индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуально-ориентированных образовательных программ (совместно с другими субъектами образовательных отношений)</p>	<p>Владеть: умениями учета особенностей развития обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в процессе физического воспитания</p>
ПК-1	<p>ПК-1.1 Знает: основные модели построения процесса обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и дополнительного</p>	<p>Знать: основные модели построения процесса обучения физической культуре на ступени среднего общего образования</p>

	общего образования в области ФКиС	
ПК-1	ПК-1.2 Умеет: отбирать соответствующее содержание, методы и приемы для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта, а также для диагностики и оценки результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ	Уметь: отбирать соответствующее содержание, методы и приемы для реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования
ПК-1	ПК-1.3 Владеет: адекватными конкретной ситуации действиями по реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования и программ дополнительного образования в области ФК и С, а также по диагностике и оценке результатов освоения обучающимися основных и дополнительных образовательных программ	Владеть: адекватными конкретной ситуации действиями по реализации программ обучения физической культуре на ступени среднего общего образования
ПК-2	ПК-2.1 Знает: теоретико-методические, медико-биологические, психологические, технологические основы основного и дополнительного профессионального образования в области ФК и С	Знать: теоретико-методические основы физической культуры и спорта
ПК-2	ПК-2.2 Умеет: проводить учебные занятия, организовывать самостоятельную работу обучающихся, осуществлять контроль и оценку освоения обучающимися учебных курсов, дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту программ основного и дополнительного	Уметь: проводить учебные занятия, организовывать самостоятельную работу обучающихся, осуществлять контроль и оценку освоения обучающимися учебных курсов, дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту

	профессионального образования в области ФКиС	
ПК-2	ПК-2.3 Владеет: методиками и технологиями образовательной, оздоровительной, развивающей и воспитательной деятельности при реализации программ основного и дополнительного профессионального образования в области ФК и С	Владеть: теоретико-методическими основами физкультурного образования

### 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	Теоретические аспекты физкультурного образования	Характеристика учебной дисциплины и ее основных понятий. Формы занятий физическими упражнениями. Средства и методы физического воспитания. Основы теории обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств	36	3	3	0	30
	1.2	Методические аспекты физкультурного образования	Методические особенности физического воспитания занимающихся различного возраста. Технология дозирования и нормирования физической нагрузки. Технология планирования, учета и	36	3	3	0	30

			контроля процесса ФВ					
Итого				72	6	6	0	60

### 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	Характеристика учебной дисциплины и ее основных понятий.	Введение в предмет. Основные понятия теории и методики физической культуры	1
	1.1	Средства и методы физического воспитания.	Общая характеристика средств физического воспитания: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.	1
	1.1	Основы теории обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств	Структура процесса обучения движениям и особенности его этапов. Законы формирования двигательного навыка.	1
	1.2	Методические особенности физического воспитания занимающихся различного возраста.	Методические особенности ФВ занимающихся различного возраста: особенности процесса обучения движениям, воспитания физических качеств дошкольников, школьников, студентов, взрослых и пожилых людей	1
	1.2	Технология дозирования и нормирования физической нагрузки.	Методика дозирования и нормирования физической нагрузки	1
	1.2	Технология планирования, учета и контроля процесса ФВ	Характеристика документов планирования и технология их составления	1

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

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Формы занятий физическими упражнениям и	Характеристика форм организации физического воспитания дошкольников, школьников, студентов, взрослого населения и людей пожилого возраста	1
	1.1	Основы теории обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств	Характеристика физических качеств.	2
	1.2	Методические особенности физического воспитания занимающихся различного возраста.	Возрастные особенности дошкольников, школьников, студентов, взрослого населения, людей пожилого возраста. Методические особенности ФВ занимающихся различного возраста.	1
	1.2	Технология дозирования и нормирования физической нагрузки.	Компоненты физической нагрузки, их характеристика. Методика дозирования и нормирования физической нагрузки - 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	Характеристика учебной дисциплины и ее основных понятий.	Изучение научно-методической литературы, конспектирование	6
	1.1	Формы занятий физическими упражнениями.	Изучение научно-методической литературы, подготовка доклада/презентации	8
	1.1	Средства и методы физического воспитания.	Изучение научно-методической литературы, конспектирование, подготовка доклада/презентации	8
	1.1	Основы теории обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств	Изучение научно-методической литературы, конспектирование, подготовка доклада/презентации	8
	1.2	Методические особенности физического воспитания занимающихся различного возраста.	Изучение научно-методической литературы, конспектирование, подготовка доклада/презентации, выполнение практико-ориентированного задания	10
	1.2	Технология дозирования и нормирования физической нагрузки.	Изучение научно-методической литературы, конспектирование, подготовка доклада/презентации, выполнение практико-ориентированного задания	10
	1.2	Технология планирования, учета и контроля процесса ФВ	Изучение научно-методической литературы, конспектирование, подготовка доклада/презентации, выполнение практико-ориентированного задания	10

#### **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.

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1. Основная литература

#### 5.1.1. Печатные издания

1. Холодов Жорж Константинович. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. пособие / Холодов Жорж Константинович, Кузнецов Василий Степанович. - 11-е изд., стер. - Москва: Академия, 2013. - 480 с.
2. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - Москва: Советский спорт, 2007. - 464 с.
3. Замогильнов А.И. Теория и методика физической культуры/А.И. Замогильнов Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВО"Ивановский государственный университет", Шуйский филиал ИвГУ. Шуя: Шуйского фил. ИвГУ, 2017, 283
4. Теория и методика физической культуры Е.А. Короткова, Т.П. Завьялова, Л.А. Архипова, Е.В. Хромин ; Российская Федерация, Министерство образования и науки, ФГБОУ ВПО Тюменский государственный университет, Институт физической культуры Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2014, 119 с.

#### 5.1.2. Издания из ЭБС

1. Проектирование физического воспитания школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Геберт В.К., Николаенко Ю.Ф., Шibaева А.А., Овчинникова Е.И. - Чита : ЗабГУ, 2018. - 212 с. - ISBN 978-5-9293-2259-4 : 212-00.
2. 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.
3. Проектирование физического воспитания студентов [Текст] : учеб.- метод. пособие / А.А. Шibaева [и др.] ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2019. - 314 с. - ISBN 978-5-9293-2514-4 : 597-00.

### 5.2. Дополнительная литература

#### 5.2.1. Печатные издания

1. Лысов, Павел Константинович. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учебник. В 2 т. Т. 2 / Лысов Павел Константинович, Сапин Михаил Романович. - Москва: Академия, 2010. - 320 с.: ил. - (Высшее проф. образование). - ISBN 978-5- 7695-6054-5: 467-50.

#### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Векторы развития физкультурного образования: взгляд молодых исследований [Текст] : моногр. / Ю.Ф. Николенко [и др.] ; под ред. Е.И. Овчинниковой ; Забайкальский государственный университет. - Чита : ЗабГУ, 2020. - 249 с. - ISBN 978-5-9293-2790-2 :

### 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://urait.ru/">https://urait.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 "МегаПро".

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 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

Обучающимся необходимо ознакомиться:

- с содержанием рабочей программы изучаемой дисциплины, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами учебного плана, с основной и дополнительной литературой, с видами самостоятельной работы.

Для успешного усвоения теоретического материала необходимо регулярно посещать лекции, активно работать на практических занятиях, перечитывать лекционный материал, значительное внимание уделять самостоятельному изучению дисциплины.

Все задания к практическим занятиям, а также задания, вынесенные на самостоятельную работу, рекомендуется выполнять непосредственно после

соответствующей темы лекционного курса. Это способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях, систематизировать ранее пройденный материал, на его основе приступить к овладению новыми знаниями и навыками.

Разработчик/группа разработчиков:  
Юлия Фёдоровна Николенко

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

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