

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Российский государственный профессионально-педагогический университет"  
Институт физической культуры, спорта и здоровья  
Кафедра спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1.О.06.02 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Направление подготовки: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности (по  
элективным модулям)

Формы обучения: очная, заочная

Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр

Объем: в зачетных единицах: 11 з.е.  
в академических часах: 396 ак.ч.

Проректор по образовательной  
деятельности

Л. К. Габышева

**Разработчики:**

Заведующий кафедрой теорий и методик физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент  
Андрюхина Т. В.

Доцент кафедры теории и методики физической культуры,  
кандидат педагогических наук, доцент Кетриш Е. В.

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - формирование и профессиональных компетенций через усвоение студентами знаний и овладение умениями и навыками в области физического совершенствования человека.

Задачи изучения дисциплины:

- Формирование понимания социально–философской и культурологической значимости ценностей в области физической культуры;
- Овладение знаниями общих основ теории физической культуры и спорта;
- Формирование профессиональных компетенций в области образовательной, рекреационной, организационно-управленческой, научно-исследовательской и культурно-просветительской деятельности.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине , соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

<b>Компетенции / Тип задач профессиональной деятельности ФГОС (для профессиональных компетенций)</b>	<b>Индикаторы достижения компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.1 Проектирует диагностические цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	<p>Знать:</p> <p>ОПК-3.1/Зн1 Нормы здорового образа жизни, базовые понятия о болезни, основах микробиологии, иммунологии, профилактике и лечении инфекционных заболеваний, профилактике зависимых состояний с учетом основных анатомических и физиологических особенностей детей и подростков</p> <p>ОПК-3.1/Зн2 Особенности строения психики и закономерности ее развития в онто- и филогенезе</p> <p>ОПК-3.1/Зн3 Возрастные и психофизиологические особенности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.1/Зн4 Основные подходы к психологическому анализу личности обучающихся</p> <p>ОПК-3.1/Зн5 Методы изучения личности и групп в различных социокультурных средах</p> <p>ОПК-3.1/Зн6 Психологические особенности обучающихся с различными нозологиями</p> <p>ОПК-3.1/Зн7 Методы психолого-педагогической</p>

диагностики, выявления индивидуальных особенностей, потребностей обучающихся

ОПК-3.1/Зн8 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

Уметь:

ОПК-3.1/Ум1 Интерпретировать документацию специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных воспитательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся

ОПК-3.1/Ум2 Взаимодействовать с другими специалистами в рамках психологопедagogического консилиума

ОПК-3.1/Ум3 Соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся

ОПК-3.1/Ум4 Осуществлять анализ проблем обучения и воспитания лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями

ОПК-3.1/Ум5 Анализировать воспитательные ситуации, вычленять на основе анализа психолого-педагогические задачи, определять оптимальные стили и методы педагогического воздействия/ взаимодействия

Владеть:

ОПК-3.1/Нв1 Методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.)

ОПК-3.1/Нв2 Навыками оказания адресной помощи обучающимся

ОПК-3.1/Нв3 Методами отбора диагностических средств для определения уровня воспитанности обучающихся

ОПК-3.1/Нв4 Методиками изучения эффективности и анализа результатов воспитательной работы, приемами и методами психолого-педагогической диагностики, направленной на работу с

		<p>обучающимися с особыми образовательными потребностями</p>
	<p>ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся</p>	<p>Знать:</p> <p>ОПК-3.2/Зн1 Теорию деятельности, механизмы функционирования и развития личности в различных видах деятельности</p> <p>ОПК-3.2/Зн2 Основные психологические закономерности общения и взаимодействия людей, в т.ч. в условиях современной социокультурной ситуации</p> <p>ОПК-3.2/Зн3 Научные основы педагогической деятельности, ее содержание и специфику с учетом современных требований</p> <p>ОПК-3.2/Зн4 Психолого-педагогические особенности обучения, воспитания и развития лиц с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.2/Зн5 Содержание, специфику, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся с ОВЗ и особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов и принципов обучения лиц с ОВЗ</p> <p>Уметь:</p> <p>ОПК-3.2/Ум1 Использовать санитарно-гигиенические, физиологические знания для рациональной организации учебно-воспитательного процесса, профилактики травматизма и заболеваний</p> <p>ОПК-3.2/Ум2 Подбирать методы стимулирования познавательной активности обучающихся</p> <p>ОПК-3.2/Ум3 Диагностировать уровень сформированности различных сторон познавательной деятельности</p> <p>ОПК-3.2/Ум4 Проводить психологический анализ ситуаций и применять полученные знания для профессионального роста и саморазвития</p> <p>ОПК-3.2/Ум5 Выбирать, адаптировать и применять психолого-педагогические технологии для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.2/Ум6 Осуществлять выбор методов, приемов организации контроля и оценки в соответствии с установленными требованиями к образовательным</p>

		<p>результатам обучающихся с ОВЗ и особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.2/Ум7 Проектировать и осуществлять педагогическую деятельность на основе анализа педагогической ситуации</p> <p>Владеть: ОПК-3.2/Нв1 Методиками выбора и применения соответствующих возрастным и психофизиологическим особенностям обучающихся форм и методов организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-3.2/Нв2 Навыками выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития</p> <p>ОПК-3.2/Нв3 Приемами контроля и оценки результатов образования обучающихся с ОВЗ и особыми образовательными потребностями; навыками выявления и коррекции трудностей в обучении</p> <p>ОПК-3.2/Нв4 Способами сопровождения и педагогической поддержки обучающихся в различных видах учебной и внеучебной деятельности</p>
	<p>ОПК-3.3 Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления</p>	<p>Знать: ОПК-3.3/Зн1 Психологические характеристики малой группы и положения индивида в группе, внутригрупповые и межгрупповые отношения, динамические процессы в малой социальной группе ОПК-3.3/Зн2 Основы психологии командной работы, социальной психологии групп ОПК-3.3/Зн3 Социально-психологические механизмы и факторы развития толерантности в системе межличностных отношений ОПК-3.3/Зн4 Этические принципы и нормы социального взаимодействия ОПК-3.3/Зн5 Основы применения психолого-педагогических технологий в будущей профессиональной деятельности, необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся</p> <p>ОПК-3.3/Зн6 Сущность реформ Российского образования в области организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том</p>

числе с особыми образовательными потребностями

ОПК-3.3/Зн7 Психолого-педагогические технологии воспитания

Уметь:

ОПК-3.3/Ум1 Определять тип социальной группы и составлять ее социально-психологическую характеристику

ОПК-3.3/Ум2 Эффективно организовывать групповую работу на основе знания процессов групповой динамики и принципов формирования команды

ОПК-3.3/Ум3 Оценивать собственные поведенческие проявления и индивидуально-личностные особенности в командной работе

ОПК-3.3/Ум4 Взаимодействовать с членами команды для достижения цели работы

ОПК-3.3/Ум5 Соотносить свои поступки с нормами этики

ОПК-3.3/Ум6 Организовывать эффективное межличностное и межгрупповое взаимодействие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся

ОПК-3.3/Ум7 Создавать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям

Владеть:

ОПК-3.3/Нв1 Навыками первой доврачебной помощи в неотложных, угрожающих жизни ситуациях

ОПК-3.3/Нв2 Способностью проведения социально-психологического исследования в реальной группе

ОПК-3.3/Нв3 Приемами эффективного социального взаимодействия и способами их этической оценки

ОПК-3.3/Нв4 Техниками и приемами эффективного общения в будущей профессиональной деятельности

ОПК-3.3/Нв5 Способностью работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические,

		<p>конфессиональные и культурные различия взаимодействия</p> <p>ОПК-3.3/Нв6 Приемами педагогического общения</p>
<p>ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении</p>	<p>ОПК-5.1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся</p>	<p>Знать:</p> <p>ОПК-5.1/Зн1 Методы и приемы организации контроля и оценки результатов образования обучающихся</p> <p>ОПК-5.1/Зн2 Методы, приемы организации контроля и оценки в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся с ОВЗ и особыми образовательными потребностями</p> <p>Уметь:</p> <p>ОПК-5.1/Ум1 Осуществлять выбор содержания, методов и форм контроля и оценки результатов обучающихся в соответствии с установленными требованиями</p> <p>ОПК-5.1/Ум2 Выбирать, проектировать и применять педагогически обоснованные формы, методы и приемы организации контроля и оценки, применять современные оценочные средства, обеспечивать объективность оценки в условиях цифровизации образовательного пространства</p> <p>Владеть:</p> <p>ОПК-5.1/Нв1 Навыками использования ИКТ при проектировании, организации контроля и оценки результатов образования</p> <p>ОПК-5.1/Нв2 Методикой разработки контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств</p>
	<p>ОПК-5.2 Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов на основе принципов объективности и достоверности</p>	<p>Знать:</p> <p>ОПК-5.2/Зн1 Нормы педагогической этики, приемы педагогической поддержки обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий</p> <p>ОПК-5.2/Зн2 Требования нормативно-правовых актов в сфере образования, регламентирующих проведение промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся</p> <p>ОПК-5.2/Зн3 Формы и методы организации оценочной деятельности обучающихся, развития у них навыков самооценки и самоанализа</p> <p>Уметь:</p> <p>ОПК-5.2/Ум1 Охранять жизнь и здоровье обучающихся в процессе публичного представления результатов оценивания</p> <p>ОПК-5.2/Ум2 Организовывать оценочную деятельность обучающихся</p> <p>ОПК-5.2/Ум3 Объективно и достоверно осуществлять контроль за достижением и оценку</p>



		<p>образовательных результатов обучающихся</p> <p>Владеть: ОПК-5.2/Нв1 Методикой интерпретации результатов контроля и оценивания образовательных результатов</p> <p>ОПК-5.2/Нв2 Приемами контроля и оценки результатов образования обучающихся с ОВЗ и особыми образовательными потребностями</p>
	<p>ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса</p>	<p>Знать: ОПК-5.3/Зн1 Типовые трудности в обучении по предметной области, способы их диагностики и психолого-педагогической коррекции</p> <p>Уметь: ОПК-5.3/Ум1 Выявлять и корректировать трудности в обучении по предметной области ОПК-5.3/Ум2 Выбирать и использовать методы выявления и психолого-педагогической коррекции трудностей в обучении для различных категорий обучающихся</p> <p>ОПК-5.3/Ум3 Разрабатывать предложения по совершенствованию образовательного процесса на основе результатов контрольно-оценочных мероприятий</p> <p>Владеть: ОПК-5.3/Нв1 Навыками использования ИКТ для коррекции трудностей в обучении по предметной области</p>
<p>ОПК-7 Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ</p>	<p>ОПК-7.1 Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося</p>	<p>Знать: ОПК-7.1/Зн1 Формы проявления личностных свойств обучающегося ОПК-7.1/Зн10 Методики организации и проведения мероприятий для родителей (законных представителей) и с их участием ОПК-7.1/Зн2 Психологические аспекты периодизации и кризисов развития личности и связанные с ними особенности педагогического взаимодействия с обучающимися ОПК-7.1/Зн3 Основные закономерности семейных отношений, позволяющие эффективно работать с родительской общественностью ОПК-7.1/Зн4 Социальные и психолого-педагогические особенности формирования детско-взрослых и подростковых сообществ</p> <p>ОПК-7.1/Зн5 Основы эффективного педагогического общения, риторики, методы и способы медиации</p>

ОПК-7.1/Зн6 Основы организации учебной (учебно-производственной, практической) деятельности в условиях цифровизации образовательного пространства

ОПК-7.1/Зн7 Особенности работы с социально неадаптированными (деадаптированными) обучающимися и их семьями

ОПК-7.1/Зн8 Методы и формы взаимодействия с членами педагогического коллектива, представителями руководства организации, осуществляющей образовательную деятельность, социальными партнерами в процессе реализации образовательных программ

ОПК-7.1/Зн9 Методики профессионального самоопределения, профессиональной адаптации и профессионального развития обучающихся

Уметь:

ОПК-7.1/Ум1 Определять основания выбора и характер форм и методов взаимодействия с разными участниками образовательного процесса

ОПК-7.1/Ум2 Обосновывать профессиональных действий педагога на основе нормативных, психолого-педагогических данных

ОПК-7.1/Ум3 Устанавливать соответствие выбора форм и методов целям и условиям взаимодействия с разными участниками образовательного процесса

ОПК-7.1/Ум4 Проводить индивидуальные и групповые встречи (консультации) с обучающимися и (или) их родителями (законными представителями) по вопросам профессионального самоопределения, профессионального развития и профессиональной адаптации

Владеть:

ОПК-7.1/Нв1 Способами и формами выявления в ходе наблюдения поведенческих и личностных проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития

ОПК-7.1/Нв2 Способами анализа своих собственных действий и действий других субъектов образовательного процесса по выявлению проблем обучающихся, связанных с особенностями их развития

		ОПК-7.1/Нв3 Приемами достижения взаимопонимания, профилактики и разрешения конфликтов
	ОПК-7.2 Взаимодействие со специалистами и в рамках психолого-медико-педагогического консилиума	Знать: ОПК-7.2/Зн1 Возрастные и психологические особенности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями Уметь: ОПК-7.2/Ум1 Анализировать и интерпретировать результаты медико-социальной экспертизы, программы реабилитации инвалидов, программы социально-педагогической и социально-психологической, социокультурной реабилитации обучающихся, результаты психологической диагностики обучающихся Владеть: ОПК-7.2/Нв1 Техниками и приемами эффективной коммуникации
	ОПК-7.3 Взаимодействие с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	Знать: ОПК-7.3/Зн1 Инфраструктуру организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ ОПК-7.3/Зн2 Нормативные основы взаимодействия с акторами для достижения образовательных целей Уметь: ОПК-7.3/Ум1 Координировать деятельность сотрудников образовательной организации и родителей (законных представителей), взаимодействовать с руководством образовательной организации, социальными партнерами при решении задач обучения и воспитания обучающихся Владеть: ОПК-7.3/Нв1 Техниками и приемами эффективной коммуникации
ПК-1 Способен реализовывать программы профессионального обучения, СПО и (или) ДПП по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам	ПК-1.1 Проведение учебных занятий и организация самостоятельной работы обучающихся по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы	Знать: ПК-1.1/Зн1 Основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся ПК-1.1/Зн10 Требования ФГОС СПО и иных нормативных документов, регламентирующих содержание профессионального образования (профессионального обучения) и организацию образовательного процесса ПК-1.1/Зн11 Основные компоненты целостного педагогического процесса профессиональной подготовки рабочих (специалистов) для отраслей экономики региона ПК-1.1/Зн2 Основные подходы и направления работы

в области профессиональной ориентации, поддержки и сопровождения профессионального самоопределения обучающихся  
ПК-1.1/Зн3 Методы, приемы и способы формирования благоприятного психологического климата и обеспечения условий для сотрудничества обучающихся

ПК-1.1/Зн4 Источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов

ПК-1.1/Зн5 Педагогические, санитарно-гигиенические, эргономические, эстетические, психологические и специальные требования к дидактическому обеспечению и оформлению учебного помещения в соответствии с его назначением и направленностью реализуемых образовательных программ

ПК-1.1/Зн6 Требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся, требования охраны труда при проведении учебных занятий

ПК-1.1/Зн7 Характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении профессиональной деятельности соответствующей направленности

ПК-1.1/Зн8 Психолого-педагогические основы и методики применения технических средств обучения, ИКТ, электронных образовательных и информационных ресурсов, дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

ПК-1.1/Зн9 Преподаваемую область научного (научно-технического) знания и (или) профессиональной деятельности

Уметь:

ПК-1.1/Ум1 Проводить учебные занятия и организовывать самостоятельную работу обучающихся

ПК-1.1/Ум2 Контролировать и оценивать работу обучающихся на учебных занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении программы учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания

Владеть:

	<p>ПК-1.1/Нв1 Методикой проведения учебных занятий по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы в условиях цифровизации образовательного пространства</p> <p>ПК-1.1/Нв2 Методами организации самостоятельной работы обучающихся по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) образовательной программы</p>
<p>ПК-1.2 Организация и проведение учебно-производственной деятельности обучающихся по освоению программ профессионального обучения и (или) программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих, практического обучения</p>	<p>Знать:</p> <p>ПК-1.2/Зн1 Положения законодательства Российской Федерации и нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации, регламентирующие деятельность в сфере среднего профессионального образования, в сфере дополнительного образования детей и взрослых</p> <p>ПК-1.2/Зн10 Требования ФГОС СПО и иных нормативных документов, регламентирующих содержание профессионального образования (профессионального обучения) и организацию образовательного процесса</p> <p>ПК-1.2/Зн11 Основы организации и методика профессионального обучения, современные технологии практического обучения</p> <p>ПК-1.2/Зн12 Особенности организации труда, современные производственные технологии, производственное оборудование и правила его эксплуатации</p> <p>ПК-1.2/Зн13 Правила эксплуатации учебного оборудования</p> <p>ПК-1.2/Зн14 Характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности обучающихся при освоении профессиональной деятельности соответствующей направленности</p> <p>ПК-1.2/Зн15 Особенности и организация педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов</p> <p>ПК-1.2/Зн2 Методологические основы современного среднего профессионального образования и дополнительного образования детей и взрослых</p> <p>ПК-1.2/Зн3 Современные концепции и модели, образовательные технологии профессионального образования и дополнительного образования детей и взрослых; тенденции развития профессионального образования, образовательных организаций среднего и дополнительного профессионального образования</p> <p>ПК-1.2/Зн4 Особенности построения</p>

компетентностно-ориентированного образовательного процесса

ПК-1.2/Зн5 Источники достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования

ПК-1.2/Зн6 Требования охраны труда при организации деятельности обучающихся на практике по освоению профессии рабочего, должности служащего

ПК-1.2/Зн7 Возрастные особенности обучающихся, особенности реализации дополнительных программ для одаренных обучающихся, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, вопросы индивидуализации обучения

ПК-1.2/Зн8 Стадии профессионального развития педагогических работников

ПК-1.2/Зн9 Правила слушания, ведения беседы, убеждения, приемы привлечения внимания, структурирования информации, преодоления барьеров общения; логика и правила построения устного и письменного монологического сообщения, ведения профессионального диалога, формы представления предложений по развитию образования руководителям и педагогическому коллективу

Уметь:

ПК-1.2/Ум1 Ориентироваться в источниках, анализировать и обобщать информацию о государственной и региональной политике в области образования, необходимую для определения требований к качеству профессионального образования

ПК-1.2/Ум2 Организовывать, проводить и руководить проведением учебной и (или) производственной практики и практического обучения

ПК-1.2/Ум3 Осуществлять текущий контроль, оценка динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе учебной и производственной практики (практического обучения)

Владеть:

ПК-1.2/Нв1 Навыками организации выполнения работ (услуг) обучающимися в ходе практической

		деятельности и контроля качества этих работ в соответствии с требованиями нормативной документации и нормами времени на их выполнение
ПК-2 Способен разрабатывать, обновлять программное и учебно-методическое обеспечение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик и планировать занятия	ПК-2.1 Разрабатывает рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам для среднего профессионального образования, профессионального обучения и дополнительного профессионального образования	<p>Знать:</p> <p>ПК-2.1/Зн1 Содержание и методика реализации дополнительных программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания</p> <p>ПК-2.1/Зн10 Структуру общих и профессиональных компетенций, формируемых в процессе обучения и воспитания рабочих (специалистов), а также характеристики воспитательных отношений: ценности, культуру обучающихся</p> <p>ПК-2.1/Зн11 Законодательство Российской Федерации в сфере образования и законодательство Российской Федерации в области персональных данных</p> <p>ПК-2.1/Зн12 Локальные нормативные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса, разработку программно-методического обеспечения, ведение и порядок доступа к учебной и иной документации, в том числе документации, содержащей персональные данные</p> <p>ПК-2.1/Зн13 Возможности использования ИКТ для ведения документации</p> <p>ПК-2.1/Зн14 Правила заполнения и совместного использования электронных баз данных, содержащих информацию об участниках образовательного процесса и порядке его реализации, создания установленных форм и бланков для предоставления сведений уполномоченным должностным лицам</p> <p>ПК-2.1/Зн2 Теория и практика среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительного профессионального образования по соответствующим направлениям подготовки, специальностям, профессиям и (или) видам профессиональной деятельности, в том числе научные исследования и опыт</p> <p>ПК-2.1/Зн3 Основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью образовательной программы (занятия)</p> <p>ПК-2.1/Зн4 Требования федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования, содержание примерных (типовых) программ</p>

ПК-2.1/Зн5 Основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер обучающихся различного возраста

ПК-2.1/Зн6 Требования профессиональных стандартов по соответствующему виду профессиональной деятельности

ПК-2.1/Зн7 Специальные условия, необходимые для дополнительного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья, специфика инклюзивного подхода в образовании (при их реализации)

ПК-2.1/Зн8 Требования к учебно-методическому обеспечению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ, методические основы его разработки

ПК-2.1/Зн9 Современное состояние области науки и (или) профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемым учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам

Уметь:

ПК-2.1/Ум1 Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)

ПК-2.1/Ум2 Анализировать примерные (типовые) программы (при наличии), оценивать и выбирать учебники, учебные и учебно-методические пособия, электронные образовательные ресурсы и иные материалы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям) среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ

ПК-2.1/Ум3 Разрабатывать и обновлять рабочие программы по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), для среднего профессионального образования, профессионального обучения и (или) дополнительных профессиональных программ



		<p>ПК-2.1/Ум4 Разрабатывать и обновлять основные программы профессионального обучения и (или) рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) основных программ профессионального обучения, обеспечивающих практическую подготовку, и (или) программ практики, обеспечивающей освоение квалификации рабочего, служащего, основных профессиональных образовательных программ</p> <p>Владеть:          ПК-2.1/Нв1 Методикой создания учебно-программной документации</p> <p>ПК-2.1/Нв2 Приемами работы в информационных системах по проектированию учебно-программной документации</p>
	<p>ПК-2.2          Разрабатывает методические и оценочные материалы (фонды оценочных средств) по учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам</p>	<p>Знать:          ПК-2.2/Зн1 Требования и методические основы разработки учебно-методического обеспечения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик</p> <p>Уметь:          ПК-2.2/Ум1 Разрабатывать и обновлять учебно-методическое обеспечение учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)          ПК-2.2/Ум2 Планировать занятия по преподаваемым учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), практикам в условиях цифровизации образовательного пространства          ПК-2.2/Ум3 Разрабатывать и обновлять учебно-методическое обеспечение профессионального обучения и (или) программ учебной и производственной практики (практического обучения)          ПК-2.2/Ум4 Анализировать проведение учебных занятий и организацию самостоятельной работы обучающихся, вносить коррективы в рабочую программу, план изучения учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), образовательные, в том числе цифровые технологии, задания для самостоятельной работы, собственную профессиональную деятельность</p> <p>Владеть:          ПК-2.2/Нв1 Методами анализа учебно-методического обеспечения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик</p> <p>ПК-2.2/Нв2 Приемами работы в информационных системах по проектированию учебно-методической документации</p>

<p>ПК-6 Способен модернизировать и использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, учебно-профессиональных результатов обучения и обеспечения качества образовательного процесса</p>	<p>ПК-6.1 Модернизирует образовательную среду для достижения личностных, учебно-профессиональных результатов обучения и обеспечения качества образовательного процесса</p>	<p>Знать:  ПК-6.1/Зн1 Педагогические, санитарно-гигиенические, эргономические, эстетические, психологические и специальные требования к дидактическому обеспечению и оформлению кабинета (лаборатории, учебно-производственной мастерской, иного учебного помещения) в соответствии с его предназначением и характером реализуемых программ  ПК-6.1/Зн2 Электронные образовательные и информационные ресурсы, необходимые для организации учебной (учебно-профессиональной), исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся  Уметь:  ПК-6.1/Ум1 Разрабатывать мероприятия по модернизации материально-технической базы учебного кабинета (лаборатории, иного учебного помещения), выбирать учебное оборудование  ПК-6.1/Ум2 Создавать цифровую образовательную среду  Владеть:  ПК-6.1/Нв1 Методами проектирования образовательной среды, в том числе цифровой, обеспечивающей освоение учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы</p>
	<p>ПК-6.2 Использует возможности образовательной среды для достижения личностных, учебно-профессиональных результатов обучения и обеспечения качества образовательного процесса</p>	<p>Знать:  ПК-6.2/Зн1 Сущность, структуру и требования к образовательной среде  ПК-6.2/Зн2 Требования охраны труда при организации деятельности обучающихся на учебных занятиях, учебной и производственной практике (практическом обучении), иных мероприятиях  Уметь:  ПК-6.2/Ум1 Изучать новые возможности современных дидактических средств и систем образовательной среды  ПК-6.2/Ум2 Контролировать санитарно-бытовые условия и условия внутренней среды учебного кабинета (лаборатории, иного учебного помещения), выполнение требований охраны труда  ПК-6.2/Ум3 Обеспечивать сохранность и эффективное использование учебного оборудования  ПК-6.2/Ум4 Анализировать и устранять возможные риски жизни и здоровью обучающихся в учебном кабинете (лаборатории, ином учебном помещении)  ПК-6.2/Ум5 Проводить проверку исправности оборудования, количественную и качественную проверку поступающих материальных ресурсов</p>

		<p>(сырья, материалов, полуфабрикатов, комплектующих изделий), составлять заявки на техническое обслуживание и ремонт учебно-производственного и иного оборудования, контролировать качество выполнения работ</p> <p>Владеть: ПК-6.2/Нв1 Приемами разработки методики проведения учебных занятий, учебной и производственной практике, иных мероприятий в модернизированной современной образовательной среде</p>
ПК-8 Способен выполнять деятельность и (или) демонстрировать элементы осваиваемой обучающимися деятельности, предусмотренной программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики	ПК-8.1 Выполняет анализ деятельности, осваиваемой обучающимися в соответствии с программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики	<p>Знать: ПК-8.1/Зн1 Подходы к структурированию различных видов деятельности, которую требуется освоить обучающимся в соответствии с программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики ПК-8.1/Зн2 Элементы деятельности, осваиваемой обучающимися в соответствии с программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики ПК-8.1/Зн3 Технологии выполнения деятельности и (или) ее элементов в рамках профиля подготовки Уметь: ПК-8.1/Ум1 Выявлять элементы деятельности, которые требуется освоить обучающимся в соответствии с программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики Владеть: ПК-8.1/Нв1 Приемами выявления структуры деятельности, которую требуется освоить обучающимся в соответствии с программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики</p>
	ПК-8.2 Выполняет деятельность, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики	<p>Знать: ПК-8.2/Зн1 Особенности организации труда, современные технологии, инструменты, оборудование и правила его эксплуатации, в том числе производственное (при необходимости) ПК-8.2/Зн2 Требования охраны труда при выполнении профессиональной деятельности Уметь: ПК-8.2/Ум1 Подбирать средства, оборудование, материалы, организовывать пространство, необходимые для выполнения изучаемой обучающимися деятельности и (или) ее элементов ПК-8.2/Ум2 Выполнять изучаемую обучающимися деятельность и (или) ее элементы различными способами Владеть: ПК-8.2/Нв1 Современными приемами выполнения деятельности, предусмотренной программой</p>

		учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики в рамках профиля подготовки
	ПК-8.3 Демонстрирует элементы деятельности, осваиваемой обучающимися в соответствии программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики	Знать: ПК-8.3/Зн1 Правила и технологии демонстрации изучаемой обучающимися деятельности и (или) ее элементов ПК-8.3/Зн2 Способы и дидактические средства демонстрации элементов деятельности Уметь: ПК-8.3/Ум1 Демонстрировать и комментировать выполняемые элементы деятельности, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), практики Владеть: ПК-8.3/Нв1 Приемами обеспечения наглядности при демонстрации элементов деятельности
ПК-ПЗ Способен к планированию и организации учебно-тренировочной деятельности у обучающихся в области физической культуры и спорта	ПК-ПЗ.1 Планирование содержания занятий физической культурой и спортом	Знать: ПК-ПЗ.1/Зн1 Концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки ПК-ПЗ.1/Зн2 Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры ПК-ПЗ.1/Зн3 Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки ПК-ПЗ.1/Зн4 Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования ПК-ПЗ.1/Зн5 Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки  ПК-ПЗ.1/Зн6 Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

ПК-ПЗ.1/Зн7 Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы

ПК-ПЗ.1/Зн8 Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

ПК-ПЗ.1/Зн9 Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности

Уметь:

ПК-ПЗ.1/Ум1 Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в

соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ПК-ПЗ.1/Ум2 Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

ПК-ПЗ.1/Ум3 Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

ПК-ПЗ.1/Ум4 Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых

Владеть:

ПК-ПЗ.1/Нв1 Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

ПК-ПЗ.1/Нв2 Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

ПК-ПЗ.1/Нв3 Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований

		федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта
	<p>ПК-ПЗ.2 Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией</p>	<p>Знать:</p> <p>ПК-ПЗ.2/Зн1 Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений</p> <p>ПК-ПЗ.2/Зн10 Методики спортивного отбора и ориентации</p> <p>ПК-ПЗ.2/Зн11 Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p> <p>ПК-ПЗ.2/Зн2 Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта</p> <p>ПК-ПЗ.2/Зн3 Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к</p>

соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов

ПК-ПЗ.2/Зн4 Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: преолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях

ПК-ПЗ.2/Зн5 Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности

ПК-ПЗ.2/Зн6 Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор

ПК-ПЗ.2/Зн7 Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолжительный) отбор

ПК-ПЗ.2/Зн8 Степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта

ПК-ПЗ.2/Зн9 Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор

Уметь:

ПК-ПЗ.2/Ум1 Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся

ПК-ПЗ.2/Ум2 Планировать мероприятия спортивной



		<p>ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-ПЗ.2/Ум3 Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования</p> <p>Владеть:</p> <p>ПК-ПЗ.2/Нв1 Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку</p> <p>ПК-ПЗ.2/Нв2 Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования</p> <p>ПК-ПЗ.2/Нв3 Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного образования</p>
	<p>ПК-ПЗ.3 Проведение занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Знать:</p> <p>ПК-ПЗ.3/Зн1 Основные нормативные правовые акты разного уровня: международного - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации)</p> <p>ПК-ПЗ.3/Зн2 Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности</p> <p>ПК-ПЗ.3/Зн3 Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки</p> <p>ПК-ПЗ.3/Зн4 Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области</p>

физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами  
ПК-ПЗ.3/Зн5 Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки

ПК-ПЗ.3/Зн6 Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности

Уметь:

ПК-ПЗ.3/Ум1 Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

ПК-ПЗ.3/Ум10 Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся

ПК-ПЗ.3/Ум11 Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов

ПК-ПЗ.3/Ум12 Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки

результативности образовательного процесса обучающихся

ПК-ПЗ.3/Ум13 Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов

ПК-ПЗ.3/Ум14 Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности образовательного процесса в предметной области физической культуры и спорта

ПК-ПЗ.3/Ум15 Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс

ПК-ПЗ.3/Ум16 Оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс

ПК-ПЗ.3/Ум17 Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся

ПК-ПЗ.3/Ум2 Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования

ПК-ПЗ.3/Ум3 Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

ПК-ПЗ.3/Ум4 Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов

ПК-ПЗ.3/Ум5 Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ПК-ПЗ.3/Ум6 Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы

		<p>улучшения его результативности</p> <p>ПК-ПЗ.3/Ум7 Выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности</p> <p>ПК-ПЗ.3/Ум8 Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов</p> <p>ПК-ПЗ.3/Ум9 Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся</p> <p>Владеть:</p> <p>ПК-ПЗ.3/Нв1 Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки</p> <p>ПК-ПЗ.3/Нв2 Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ПК-ПЗ.3/Нв3 Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки</p>
--	--	---

### 3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина Б1.О.06.02 «Теоретические основы физической культуры» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): 3, 4, 5.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б1.О.07.01 Введение в специальность;

Б1.О.04.01 Возрастная физиология и психофизиология;

Б1.О.04.06 Информационно-коммуникационные технологии в образовании;

Б1.О.07.03 Концепции современного естествознания;

Б1.О.07.02 Математические методы обработки информации;

Б1.О.06.01 Медико-биологические основы педагогической деятельности;

Б2.О.01(У) Ознакомительная практика;

Б1.О.04.03 Педагогика;

Б1.О.04.02 Психология;

Б1.О.04.05 Психолого-педагогические основы инклюзивного образования;

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б1.О.06.08 Базовые виды спорта и методика их преподавания;

Б3.01(Д) Выполнение и защита выпускной квалификационной работы;

Б1.О.06.04 Гимнастика и методика преподавания;

Б1.О.07.13 Гражданская оборона и основы военной службы;

Б1.О.07.08 Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе;

Б1.О.05.05 Информационные технологии в профессионально-педагогической деятельности;

Б1.О.06.03 История физической культуры;

Б1.О.06.05 Легкая атлетика и методика преподавания;

Б1.О.05.03 Методика профессионального обучения;

Б2.О.05(П) Научно-исследовательская работа;

Б1.О.06.07 Новые физкультурно-спортивные игры;

Б1.В.ДВ.01.02.03 Обеспечение безопасности на опасных производственных объектах;

Б1.В.ДВ.01.02.04 Обеспечение прав работников на охрану труда;

Б1.О.07.05 Опасные факторы природного характера;

Б1.О.07.11 Опасные факторы социального характера;

Б1.О.07.07 Опасные факторы техногенного характера;

ФТД.06 Организация воспитательной работы в образовательных организациях различного уровня;

Б1.О.07.12 Организация и обеспечение пожарной безопасности;

ФТД.05 Организация и управление деятельности ДЮСШ и ЦСП;

ФТД.01 Основы вожатской деятельности;

Б1.В.ДВ.01.01.01 Основы общей экологии;

Б1.В.ДВ.01.01.02 Основы промышленной экологии;

Б1.О.07.06 Основы экологической безопасности;

Б1.О.07.09 Охрана труда и техника безопасности;

Б1.О.04.03 Педагогика;

Б1.О.05.01 Педагогика профессионального образования;

Б2.О.04(П) Педагогическая практика;

Б1.О.07.10 Первая доврачебная помощь пострадавшим;

Б2.О.06(Пд) Преддипломная практика;

Б2.О.03(П) Профессионально-квалификационная практика;

Б1.О.05.04 Профессионально-педагогические технологии;

Б1.О.05.02 Психология профессионального образования;

ФТД.04 Разработка локальных нормативных документов;

Б1.В.ДВ.01.02.01 Системы обеспечения безопасности и охраны труда;

Б1.О.06.06 Спортивные игры и методика преподавания;

Б1.О.07.04 Теоретические основы и методика безопасности жизнедеятельности;

Б1.В.ДВ.01.02.02 Управление охраной труда на предприятии;

Б1.В.ДВ.01.01.04 Экологическая безопасность;

Б1.В.ДВ.01.01.03 Экологическая экспертиза;

Б2.О.02(У) Эксплуатационная практика;

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

##### Очная форма обучения

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Третий семестр	108	3	66	32	34	42	Экзамен
Четвертый семестр	108	3	50	16	34	58	Зачет с оценкой
Пятый семестр	180	5	50	16	34	130	Курсовая работа Экзамен
Всего	396	11	166	64	102	230	

##### Заочная форма обучения

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Второй триместр	36	1	2	2		34	
Третий триместр	72	2	12	4	8	51	Контрольная работа зфо Экзамен (9)
Четвертый триместр	144	4	10	4	6	130	Зачет с оценкой (4) Контрольная работа зфо

Пятый триместр	144	4	12	4	8	123	Курсова я работа Экзамен (9)
Всего	396	11	36	14	22	338	22

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

*Очная форма обучения*

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
<b>Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта</b>	<b>216</b>	<b>48</b>	<b>68</b>	<b>100</b>
Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта	14	4	4	6
Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления	14	4	4	6
Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта	14	4	4	6
Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры	18	6	6	6
Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности	14	4	4	6
Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека	16	4	6	6
Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям	18	6	6	6
Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств	14	2	4	8
Тема 1.9. Методика воспитания силы	20	4	6	10



Тема 1.10. Методика воспитания быстроты	20	4	6	10
Тема 1.11. Методика воспитания выносливости	18	2	6	10
Тема 1.12. Методика воспитания гибкости	18	2	6	10
Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки	18	2	6	10
<b>Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки</b>	<b>180</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>130</b>
Тема 2.1. Общая характеристика спорта	30	2	6	22
Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности	26	2	4	20
Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов	32	4	6	22
Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки	32	4	6	22
Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки	30	2	6	22
Тема 2.6. Теория спортивных соревнований	30	2	6	22
<b>Итого</b>	<b>396</b>	<b>64</b>	<b>102</b>	<b>230</b>

*Заочная форма обучения*

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа
<b>Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта</b>	<b>239</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>215</b>
Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта	10			10
Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления	16	2		14
Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта	10			10

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры	12			12
Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности	12			12
Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека	20	2	4	14
Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям	19	2	4	13
Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств	22			22
Тема 1.9. Методика воспитания силы	26	2	2	22
Тема 1.10. Методика воспитания быстроты	26	2	2	22
Тема 1.11. Методика воспитания выносливости	24		2	22
Тема 1.12. Методика воспитания гибкости	22			22
Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки	20			20
<b>Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки</b>	<b>135</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>123</b>
Тема 2.1. Общая характеристика спорта	20			20
Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности	20			20
Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов	24	2	2	20
Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки	24	2	2	20
Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки	22		2	20
Тема 2.6. Теория спортивных соревнований	25		2	23
<b>Итого</b>	<b>374</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>338</b>

## 5.2. Содержание разделов, тем дисциплин

### *Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта*

#### *Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта*

Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности. Понятийный аппарат теории физической культуры; основные формы физической культуры. Вводная характеристика направлений, форм и социальных функций физической культуры и спорта. Исходные понятия: физические (двигательные) качества, двигательные навыки,

физическое развитие, физическая подготовленность, физическое совершенство, физическая культура (ФК), физическое воспитание (ФВ). Соотношение понятий «физическая культура» и «физическое воспитание». Современное представление о структуре физической культуры. Характеристика форм физической культуры: базовая, профессионально-прикладная, оздоровительно-реабилитационная, фоновая и спортивная.

*Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления*

Теория физической культуры и спорта как научная дисциплина и учебный предмет. Связь теории физической культуры и спорта с другими научными дисциплинами. Основные этапы и источники развития теории физической культуры и спорта. Интегративная роль теории физической культуры и спорта в системе профилирующих дисциплин.

*Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта*

Цель и задачи функционирования физической культуры в обществе. Формы построения занятий физическими упражнениями. Исторические аспекты становления теории и методики физического воспитания. Социальные функции физического воспитания. Сущность оздоровительной, образовательной и воспитательной задач.

*Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры*

Основные документы, определяющие идейную основу физической культуры физического воспитания в России: «Закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации»; «Закон об образовании». Программно-нормативные основы физической культуры физического воспитания: спортивная классификация; программы по физическому воспитанию в образовательных учреждениях. Характерные черты современных организационных форм системы физической культуры.

*Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности*

Принципы, их роль в регламентации физического воспитания. Общие педагогические принципы и требования к их реализации в физическом воспитании (сознательности и активности; наглядности; систематичности; постепенности и последовательности; доступности и индивидуальности). Современные общепедагогические принципы (природосообразности и культуросообразности), их роль и место в физическом воспитании. Специфические принципы физического воспитания, их характеристика. Принципы непрерывности процессов физического воспитания; постепенного наращивания развивающих и тренирующих воздействий; циклического построения системы занятий, возрастной адаптивности направлений физического воспитания.

*Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека*

Общепедагогические средства, их значение для физического воспитания. Физическое упражнение – основное специфическое средство физической культуры. Техника физических упражнений. Виды техники. Части и фазы техники. Классификация физических упражнений. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты, определяющие эффективность физического упражнения. Типы интервалов отдыха. Гигиенические факторы и естественные силы природы, их роль в повышении эффективности физического воспитания. Понятие о методах, их классификация по различным признакам. Особенности использования в физическом воспитании групп методов: стимулирования и мотивации; организации и осуществления педагогического процесса; контроля и самоконтроля. Методы наглядного восприятия и вербальные методы. Специфические методы обучения и развития в физическом воспитании. Строго регламентированные и частично регламентированные методы, их характеристика. Особенности регламентации при обучении двигательным

действиям и развитию физических качеств. Идеомоторный и аутогенный методы, их место в физическом воспитании.

#### *Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям*

Двигательные умения, навыки, двигательные умения высшего порядка как результат обучения; закономерности их формирования. Этапы обучения двигательным действиям: начального разучивания, углубленного разучивания, совершенствования. Задачи, средства и методы, применяемые на различных этапах. Современные представления об обучении двигательным действиям. Теория поэтапного овладения действиями (П.Я. Гальперин) и обучение двигательным действиям (на основе формирования ориентировочной основы действий (ООД) и основных опорных точек (ООТ)). Метод предписаний алгоритмического типа, его сущность и применение при обучении действиям. Содержание обучающих программ.

#### *Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств*

Общая характеристика кондиционных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость). Взаимосвязь между физическими качествами. Возрастные особенности развития кондиционных физических качеств.

#### *Тема 1.9. Методика воспитания силы*

Силовые способности, их характеристика. Основные условия, средства и методы развития собственно силы и скоростной силы. Тестовые методики для оценки уровня развития силы.

#### *Тема 1.10. Методика воспитания быстроты*

Быстрота, основные формы ее проявления. Особенности средств и методов развития различных форм проявления быстроты. Развитие быстроты при выполнении локомоторных действий. Тестовые методики для оценки уровня развития быстроты.

#### *Тема 1.11. Методика воспитания выносливости*

Выносливость, ее характеристики. Различные подходы к классификации выносливости. Особенности средств и методов развития выносливости. Аэробные и анаэробные механизмы обеспечения выносливости. Сочетание различных видов воспитания выносливости; система занятий. Тестовые методики для оценки уровня развития выносливости.

#### *Тема 1.12. Методика воспитания гибкости*

Гибкость, ее характеристики. Пассивная и активная гибкость, особенности средств и методов развития. Тестовые методики для оценки уровня развития гибкости.

#### *Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки*

Координационные способности, их обусловленность. Современные представления о комплексном составе координационных способностей. Соотношение понятий: координационные способности и ловкость. Основные разновидности координационных способностей, средства и методические подходы к их формированию. Тестовые методики для оценки уровня развития координационных способностей.

### **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки**

#### *Тема 2.1. Общая характеристика спорта*

Определение основных понятий: «спорт», «спортивное движение», «подготовка спортсмена», «подготовленность спортсмена», «спортивная тренировка», «тренированность», «система спортивных соревнований». Социальная сущность спорта. Социальные функции современного спорта. Классификация видов спорта. Общая классификация видов спорта (связанные: с проявлением высокой двигательной активности, с управлением техническими средствами, с конструированием и изготовлением моделей, с

лимитированием условий поражения цели, с абстрактно-логическим обыгрыванием). Классификация видов спорта, связанных с проявлением высокой двигательной активности по специфическим требованиям соревновательных упражнений. Классификация видов спорта по социальной направленности (ординарный спорт и спорт высших достижений). Система соревнований Классификация соревнований: по специфическим признакам соревнований (собственно-спортивные и субспортивные соревнования); по целевому назначению соревнований (подготовительные, контрольные, подводящие, отборочные, главные); по форме организации (закрытые, открытые, товарищеские); по условиям зачета; в зависимости от масштаба и от возраста.

#### *Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности*

Характеристика и содержание документов: «Единая спортивная классификация», «Календарь спортивных соревнований», «Положение о проведении соревнований», «Правила соревнований».

#### *Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов*

Общая характеристика системы подготовки спортсменов. Методика совершенствования различных сторон подготовленности спортсменов. Структура подготовки спортсменов. Характеристика физической, технической, тактической, психологической и теоретической сторон подготовки. Физическая подготовка: методика развития кондиционных физических качеств. Техническая подготовка: виды техники, роль техники в различных видах спорта. Тактическая подготовка, ее связь с технической подготовкой; основные аспекты овладения тактикой. Психологическая подготовка, ее роль в достижении спортивных результатов; характеристика мотивации и волевой подготовки в спорте.

#### *Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки*

Характеристика соревновательных, специально-подготовительных и общеподготовительных средств. Роль гигиенических факторов и естественных сил природы в повышении эффективности спортивной тренировки. Характеристика строго регламентированных и частично регламентированных методов. Параметры регламентирования при овладении техникой и развитии кондиционных физических качеств. Идеомоторные и аутогенные методы, их значение в спортивной тренировке. Специфические принципы спортивной тренировки Принципы направленности к высшим достижениям; единство общей и специальной подготовки, непрерывности, волнообразности и цикличности; их характеристики. Микро- и мезоциклы, их типы и правила построения Типы микроциклов, правила построения микроциклов в зависимости от характера тренировочных воздействий, распределение нагрузки в микроцикле. Типы мезоциклов, правила построения мезоциклов, распределение нагрузки в мезоцикле. Особенности построения мезоциклов у девушек.

#### *Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки*

Спортивная форма и закономерности ее развития. Общая структура большого цикла тренировки. Особенности периодизации в различных видах спорта. Характеристика подготовительного, соревновательного и переходного периодов тренировки. Характеристика распределения нагрузки в большом цикле тренировки. Особенности построения тренировочного процесса юных спортсменов. Спортивная тренировка как многолетний процесс Актуальность многолетнего планирования тренировочного процесса. Стадии и этапы спортивной подготовки. Стадия базовой подготовки (этапы предварительной и начальной подготовки). Стадия максимальной реализации спортивной подготовки (этап углубленного спортивного совершенствования и этап высших достижений). Стадия спортивного долголетия (этап сохранения достижений и этап поддержания тренированности).

*Тема 2.6. Теория спортивных соревнований*

Соревновательная деятельность и ее структура. Особенности соревновательной деятельности. Тенденции динамики спортивных достижений.

**5.3. Содержание занятий лекционного типа.  
Очная форма обучения. Лекционные занятия (64 ч.)**

**Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (48 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта (4 ч.)

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления (4 ч.)

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта (4 ч.)

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры (6 ч.)

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности (4 ч.)

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (4 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (6 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств (2 ч.)

Тема 1.9. Методика воспитания силы (4 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (4 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости (2 ч.)

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости (2 ч.)

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки (2 ч.)

**Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (16 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта (2 ч.)

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности (2 ч.)

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (4 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (4 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки (2 ч.)

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований (2 ч.)

## **Заочная форма обучения. Лекционные занятия (14 ч.)**

### **Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (10 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления (2 ч.)

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (2 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (2 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств

Тема 1.9. Методика воспитания силы (2 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (2 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки

### **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (4 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (2 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (2 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований

### **5.4. Содержание занятий семинарского типа.**

#### **Очная форма обучения. Практические занятия (102 ч.)**

### **Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (68 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта (4 ч.)

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и

исторические аспекты ее становления (4 ч.)

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта (4 ч.)

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры (6 ч.)

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности (4 ч.)

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (6 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (6 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств (4 ч.)

Тема 1.9. Методика воспитания силы (6 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (6 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости (6 ч.)

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости (6 ч.)

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки (6 ч.)

## **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (34 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта (6 ч.)

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности (4 ч.)

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (6 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (6 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки (6 ч.)

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований (6 ч.)

### **Заочная форма обучения. Практические занятия (22 ч.)**

## **Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (14 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры



Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (4 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (4 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств

Тема 1.9. Методика воспитания силы (2 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (2 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости (2 ч.)

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки

## **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (8 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (2 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (2 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки (2 ч.)

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований (2 ч.)

### **5.5. Содержание самостоятельной работы обучающихся Очная форма обучения. Самостоятельная работа (230 ч.)**

## **Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (100 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта (6 ч.)

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления (6 ч.)

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта (6 ч.)

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры (6 ч.)

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности (6 ч.)

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (6 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (6 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств (8 ч.)

Тема 1.9. Методика воспитания силы (10 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (10 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости (10 ч.)

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости (10 ч.)

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки (10 ч.)

## **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (130 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта (22 ч.)

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности (20 ч.)

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (22 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (22 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки (22 ч.)

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований (22 ч.)

## **Заочная форма обучения. Самостоятельная работа (338 ч.)**

### **Раздел 1. Общие основы теории физической культуры и спорта (215 ч.)**

Тема 1.1. Введение в теорию физической культуры и спорта (10 ч.)

Тема 1.2. Теория физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления (14 ч.)

Тема 1.3. Системность компонентов, составляющих область физической культуры и спорта (10 ч.)

Тема 1.4. Общая характеристика физической культуры (12 ч.)

Тема 1.5. Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности (12 ч.)

Тема 1.6. Средства и методы формирования физической культуры личности человека (14 ч.)

Тема 1.7. Методика обучения двигательным действиям (13 ч.)

Тема 1.8. Методика воспитания кондиционных физических качеств (22 ч.)

Тема 1.9. Методика воспитания силы (22 ч.)

Тема 1.10. Методика воспитания быстроты (22 ч.)

Тема 1.11. Методика воспитания выносливости (22 ч.)

Тема 1.12. Методика воспитания гибкости (22 ч.)

Тема 1.13. Координационные способности, особенности их формирования и оценки (20 ч.)

## **Раздел 2. Теория и методика спортивной подготовки (123 ч.)**

Тема 2.1. Общая характеристика спорта (20 ч.)

Тема 2.2. Нормативно-правовая регуляция спортивной деятельности (20 ч.)

Тема 2.3. Теория и методика подготовки спортсменов (20 ч.)

Тема 2.4. Средства и методы спортивной тренировки (20 ч.)

Тема 2.5. Периодизация спортивной тренировки (20 ч.)

Тема 2.6. Теория спортивных соревнований (23 ч.)

## **6. Рекомендуемые образовательные технологии**

Для изучения дисциплины используются различные образовательные технологии:

1. Технологии проведения занятий в форме диалогового общения, которые переводят образовательный процесс в плоскость активного взаимодействия обучающегося и педагога. Обучающийся занимает активную позицию и престаает быть просто слушателем семинаров или лекций. Технологии представлены: групповыми дискуссиями, конструктивный совместный поиск решения проблемы, тренинг (микрообучение и др.), ролевые игры (деловые, организационно-деятельностные, инновационные, коммуникативные и др.).

2. Технология обучения в сотрудничестве применяются при проведении семинарских, практических и лабораторных занятий, нацелены на совместную работу в командах или группах и достижение качественного образовательного результата.

3. Для организации процесса обучения и самостоятельной работы используются информационно-коммуникационные образовательные технологии, представленные в виде педагогических программных средств и электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС). Технологии расширяют возможности образовательной среды, как разнообразными программными средствами, так и методами развития креативности обучаемых. К числу таких программных средств относятся моделирующие программы, поисковые, интеллектуальные обучающие, экспертные системы, программы для проведения деловых игр.

При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:  
- состав видов контактной работы по дисциплине (модулю), при необходимости, может быть откорректирован в направлении снижения доли занятий лекционного типа и соответствующего увеличения доли консультаций (групповых или индивидуальных) или иных

видов контактной работы;

- информационной основой проведения учебных занятий, а также организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) являются представленные в электронном виде методические, оценочные и иные материалы, размещенные в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) университета, в электронных библиотечных

системах и открытых Интернет-ресурсах;  
- взаимодействие обучающихся и педагогических работников осуществляется с применением ЭИОС университета и других информационно-коммуникационных технологий (видеоконференцсвязь, облачные технологии и сервисы, др.);  
- соотношение контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю) может быть изменено в сторону увеличения последней, в том числе самостоятельного изучения теоретического материала.

## **7. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

#### *Основная литература*

1. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта: учебное пособие / О. В. Парыгина, - Теория физической культуры и спорта - Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. - 131 с. - 2227-8397. - Текст: электронный. // IPR SMART: [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/97326.html> (дата обращения: 28.06.2023). - Режим доступа: по подписке

#### *Дополнительная литература*

1. Гаврилов, В. И. Физическая культура и спорт. Практика педагогических игр в психологическом воспитании студентов: учебное пособие / В. И. Гаврилов, Л. Г. Рубис, Т. Ю. Тарасеня, - Физическая культура и спорт. Практика педагогических игр в психологическом воспитании студентов - Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный университет промышленных технологий и дизайна, 2019. - 98 с. - 978-5-7937-1634-5. - Текст: электронный. // IPR SMART: [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/102487.html> (дата обращения: 28.06.2023). - Режим доступа: по подписке

### **7.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся**

#### *Профессиональные базы данных*

Не используются.

#### *Ресурсы «Интернет»*

1. <http://elar.rsvpu.ru/> - Электронный архив РГППУ
2. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека

### **7.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

#### *Информационные системы и платформы:*

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».
3. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».

#### *Перечень программного обеспечения*

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

Не используется.

#### *Перечень информационно-справочных систем*

*(обновление выполняется еженедельно)*

Не используется.

#### **7.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование**

Перечень материально-технического обеспечения для реализации образовательного процесса по дисциплине:

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского (практического) типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.
3. Помещения для самостоятельной работы.