

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Б1.Б.11.03 «Теория и методика физической культуры  
в общеобразовательной организации»**

**Направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»**

**Профиль подготовки  
«Физическая культура»**

**1. Цели освоения дисциплины:**

Формирование у студентов знаний о процессе физического воспитания школьников, его функциях, формах и условиях функционирования в обществе, основных направлениях развития физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях.

*Задачи:*

1. Обеспечить теоретическое осмысление теоретических основ процесса физического воспитания школьников.

2. Отразить общую характеристику сущности процесса физического воспитания в общеобразовательной организации.

3. Обеспечить овладение системой знаний о сущности управления процессом физкультурного образования в общеобразовательной организации на основе учета индивидуальных, половых и возрастных особенностей обучающихся в общеобразовательных организациях.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата**

Дисциплина входит в число обязательных дисциплин базовой части учебного плана. Шифр дисциплины в учебном плане: Б1.Б.11.03.

Содержание дисциплины находится в логической связи с такими дисциплинами как: Теория и методика физической культуры в дошкольной образовательной организации, Возрастная психология, Возрастная физиология и др.

**3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

В совокупности с другими дисциплинами базовой части ФГОС ВО дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта в общеобразовательной организации» направлена на формирование следующих профессиональных (ПК) компетенций:

- способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности (ПК-3);

- способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и

обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4);

- готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования (ПК-11).

- способность руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся (ПК-12);

- готовность к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования (ОПК-4).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

*знать:*

- научные основы содержания школьного физкультурного образования, достижения современной науки по физической культуре;
- цели и задачи предмета «Теория и методика физической культуры»;
- особенности и назначение методов, технологий и средств обучения, определяемых спецификой учебного предмета «Физическая культура»;
- характеристику вопросов физкультурного образования и воспитания в школе;
- закономерности психического, физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды.
- теорию и методику процесса физического воспитания;
- характеристику содержания системы процесса физического воспитания;

*уметь:*

- выделять педагогические вопросы в содержании профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту;
- находить пути решения педагогических проблем, связанных с деятельностью в области физического воспитания;
- использовать методы педагогического исследования в практической деятельности;
- выделять организационные и методические вопросы в содержании профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту;
- находить пути решения организации процесса физического воспитания, как для здоровых, так и для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья;
- конструировать содержание процесса физического воспитания;
- осуществлять контроль за состоянием занимающихся физической культурой и спортом с применением адекватных и современных медико-биологических и педагогических методов;
- владеть приемами всестороннего и гармоничного развития физических качеств и повышения уровня физической подготовленности обучающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- навыками мышления для выработки системного, целостного взгляда на педагогические проблемы физического воспитания и спорта;
- навыками восприятия и анализа текстов, имеющих содержание, связанное с вопросами физического воспитания;
- приемами ведения дискуссии по вопросам физического воспитания школьников;

- системой знаний о закономерностях и способах управления индивидом и группой в процессе физического воспитания;
- умениями педагогического общения;
- системой знаний о закономерностях физического развития, факторах, способствующих индивидуальному росту в процессе физического воспитания;
- приемами медико-педагогической диагностики процессов, состояний индивида в специфических условиях физического воспитания.

#### 4. Структура дисциплины

Курс рассчитан на 180 часов. На очной форме обучения общая трудоёмкость дисциплины 5 зачетных единиц. 72 часа в 5 семестре составляет 2 зачётные единицы: 32 час. - лекции, 32 час.- практические занятия; 8 час. – самостоятельная работа. Вид итоговой аттестации – зачет. 6 семестр, 108 часов, 3 зачетные единицы: лекции 16 час, практические – 16 час, самостоятельная работа 40 час., контроль- 36 часов. Форма контроля- экзамен.

Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции (час)	Семинары (час)	Самостоятельная работа (час)		
<b>РАЗДЕЛ I.</b>							
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</b>							
Тема 1. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.	5	18	2	2			
Тема 2. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Физическое воспитание детей школьного возраста.	5	18	4	2	1	Самостоятельная работа № 1. Контрольная работа №1.	
Тема 3. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем	5	18	2	4	1	Самостоятельная работа № 2.	
Тема 4. Средства и формы организации физического воспитания школьников.	5	18	2	4	1	Самостоятельная работа № 3	
Тема 5. Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.	5	18	4	2	1	Самостоятельная работа № 4. Контрольная работа 2	

Тема 6. Дозирование нагрузок на уроке. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.	5	18	4	2	1	Самостоятельная работа № 5. Контрольная работа № 3
Тема 7. Формирование знаний и развитие физических качеств. Обучение школьников самостоятельным занятиям. Оценка успеваемости.	5	18	2	2	1	Самостоятельная работа № 6.
Тема 8. Анализ современных программ по физической культуре.	5	18	4	4	1	Самостоятельная работа № 7. Контрольная работа № 4
Тема 9. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.	5	18	2	2	1	Самостоятельная работа № 8.
<b>Промежуточная форма аттестации</b>						<b>зачет</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	
<b>РАЗДЕЛ II. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ</b>						
Тема 10. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию.	5	21	2	2		Самостоятельная работа № 9
Тема 11. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть.	5	22	2	2		Самостоятельная работа № 10
Тема 12. План-конспект урока. Технологическая карта урока.	5	23	2	4		Контрольная работа № 5
<b>ИТОГО:</b>		<b>24</b>	<b>6</b>	<b>8</b>		
<b>Всего за 3 семестр:</b>			<b>32</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	
<b>РАЗДЕЛ III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ</b>						
Тема 13. Значение и задачи физического воспитания студентов.	6		4	4	10	
<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
<b>РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>						
Тема 14. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью.	6	18	4	4	10	
<b>ИТОГО:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
<b>РАЗДЕЛ V. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ</b>						

<b>В ПОЖИЛОМ И СТАРШЕМ ВОЗРАСТЕ</b>						
Тема 15. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте.	6	18	4	4	10	
<b>ИТОГО:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
<b>РАЗДЕЛ VI. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
Тема 16. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки	6	18	4	4	10	Самостоятельное изучение
<b>ИТОГО:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
<b>Итоговая форма контроля - 36 часов</b>		18				<b>Экзамен</b>
<b>ИТОГО:</b>		16	16	16	40	

На заочной форме обучения дисциплина реализуется в 5 и 6 семестрах. Общая трудоёмкость дисциплины составляет 5 зачётных единицы, 180 часов. В 5 семестре 16 часов: 6 час. - лекции, 10 час. - практические занятия; 52 час. – самостоятельная работа. Вид промежуточной аттестации – зачет. В 6 семестре 108 часов: 16 часов: 6 час. – лекции, 10 час. – практические занятия; 83 час. - самостоятельная работа. Вид итоговой аттестации – экзамен.

Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)  Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции (час)	Семинары (час)	Самостоятельная работа (час)	
<b>РАЗДЕЛ I. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</b>						
Тема 1. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.	5	18			2	Самостоятельное изучение темы
Тема 2. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Физическое воспитание детей школьного возраста.	5	18	2	2	4	Самостоятельная работа № 1. Контрольная работа №1.
Тема 3. Физическое воспитание детей	5	18		2	8	Самостоятельное

с ослабленным здоровьем						изучение темы. Самостоятельная работа № 2.
Тема 4. Средства и формы организации физического воспитания школьников.	5	18	2		6	Самостоятельное изучение темы. Самостоятельная работа № 3
Тема 5. Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.	5	18	2	2	6	Самостоятельная работа № 4. Контрольная работа 2
Тема 6. Дозирование нагрузок на уроке. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.	5	18		2	8	Самостоятельная работа № 5. Контрольная работа № 3
Тема 7. Формирование знаний и развитие физических качеств. Обучение школьников самостоятельным занятиям. Оценка успеваемости.	5	18			6	Самостоятельное изучение темы. Самостоятельная работа № 6.
Тема 8. Анализ современных программ по физической культуре.	5	18		1	6	Самостоятельная работа № 7. Контрольная работа № 4
Тема 9. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.	5	18		1	6	Самостоятельная работа № 8.
<b>Промежуточная форма аттестации</b>						<b>зачет</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>52</b>	
<b>РАЗДЕЛ II.</b>						
<b>ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ</b>						
<b>ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ</b>						
Тема 10. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию.	6	21	1	2	12	Самостоятельная работа № 9
Тема 11. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть.	6	22	2	2	8	Самостоятельная работа № 9
Тема 12. План-конспект урока. Технологическая карта урока.	6	23	1	2	12	Контрольная работа № 5
<b>ИТОГО:</b>		<b>24</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>32</b>	
<b>РАЗДЕЛ III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ</b>						
Тема 13. Значение и задачи физического воспитания студентов.	6			2	8	Самостоятельно е изучение темы.

						Реферат.
<b>ИТОГО:</b>		18	0	2	8	
<b>РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>						
Тема 14. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью.	6	18	2	2	8	Самостоятельное изучение темы. Реферат.
<b>ИТОГО:</b>			2	2	8	
<b>РАЗДЕЛ V. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ПОЖИЛОМ И СТАРШЕМ ВОЗРАСТЕ</b>						
Тема 15. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте.	6	18			16	Самостоятельное изучение темы. Реферат.
<b>ИТОГО:</b>			0	0	16	
<b>РАЗДЕЛ VI. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>						
Тема 16. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки	6	18	0	0	19	Самостоятельное изучение. Реферат
<b>ИТОГО:</b>			0	0	19	
<b>Итоговая форма контроля</b>		18				<b>Экзамен</b>
<b>ИТОГО:</b>		16	6	10	83	

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### а) основная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2013.
2. Северухин Г.Б., Зайцева М.Ю., Райзих А.А. Технология разработки конспекта урока физической культуры: учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей высших учебных заведений. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2011.

### б) дополнительная литература

1. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2010.
2. Теория и методика физического воспитания: Учебник/ под ред. к.п.н. Василькова А.А. – Ростов н/Д: Феникс, 2008.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
4. Журналы: «Теория и практика физической культуры».

5. «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».

6. «Физкультура и спорт».

**в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

	Наименование электронно-библиотечной системы (ЭБС)	Принадлежность	Адрес сайта	Наполненность сайта	Условия доступа	Наименование организации-владельца, реквизиты договора на использование
1	2	3	4	5	6	7
1.	IPRbooks	ООО «Ай Пи Эр Медиа»	<a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	<p>Более 100 000 изданий, в т. ч. свыше</p> <p>40 000 учебных и научных и более 600 наименований журналов,</p> <p>свыше 2 000 аудиокниг, адаптированная версия сайта для людей с ограниченными возможностями здоровья по зрению</p>	Доступ из любой точки, имеющей доступ к сети Интернет (логин и пароль получить в библиотеке университета)	<p>ООО «Ай Пи Эр Медиа».</p> <p>Договор № 3420/17</p> <p>от 22.12.2017 г.</p> <p>До 22.12.2018 г.</p>
2.	Национальная электронная библиотека	ФГБУ «Российская государственная библиотека»	<a href="https://нэб.рф">https://нэб.рф</a>	<p>Более 4 млн. изданий, в том числе свыше 800 000 изданий, охраняемых авторским правом, и 100 000 научной и учебной литературы</p>	<p>Доступ из любой точки, имеющей доступ к сети Интернет к фонду открытого доступа.</p> <p>Доступ с компьютеров (терминалов) в библиотеке университета к изданиям, охраняемым авторским правом</p>	<p>ФГБУ «Российская государственная библиотека».</p> <p>Договор № 101/НЭБ/4737 от 13.08.2018 г.</p> <p>До 13.08.2023 г.</p> <p>с постоянной пролонгацией на 5 лет</p>
3.	Юрайт	ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»	<a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	<p>Около 600 научных и учебных изданий в разделе «Легендарные</p>	<p>Доступ из любой точки, имеющей доступ к сети Интернет.</p> <p>Подключение к</p>	<p>ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ».</p> <p>Договор на</p>

				книги»	«Индивидуальной Книжной Полке» через администратора библиотеки	безвозмездное использование произведений № 241/18 от 17.04.2018 г.  До 17.04.2019 г.  с правом продления
4.	Юрайт	ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»	<a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	Более 7 000 учебных и научных изданий, в том числе около 2 000 для СПО. Из них около 2 000 снабжены мультимедийными материалами (учебным видео)	Доступ из любой точки, имеющей доступ к сети Интернет	ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ».  Договор № 391/2018 от 08.11.2018 г.  Доступ с 01.01.2019 по 31.12.2019 г.
5.	НЭБ elibrary.ru	ООО Научная электронная библиотека	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Свыше 17 000 научной и учебной литературы по гуманитарным, техническим и естественным наукам, из них более 200 на англ. яз.	Доступ из любой точки, имеющей доступ к сети Интернет после прохождения регистрации в НЭБ	ООО Научная электронная библиотека.  Бесплатный бессрочный контент.  Договор № 20-01/2011R от 13.11.2010  с постоянной пролонгацией на 5 лет
6.	Polpred.com Обзор СМИ	ООО «ПОЛПРЕД Справочники»	<a href="http://polpred.com/">http://polpred.com/</a>	Полнотекстовые деловые публикации информагентств и периодических изданий по отраслям из 600 источников	Доступ на всей территории университета, после регистрации – «Доступ из дома» (кнопка на сайте Polpred)	ООО «ПОЛПРЕД Справочники».  Бесплатный контент  до 15.10.2019  с постоянным продлением

Автор:  
доцент кафедры  
физической культуры и спорта, к.п.н.

 Л.Е. Власова

Рецензент:  
зав. кафедрой физической культуры и спорта, к.п.н.,

 С.А. Пронкина

Рассмотрена на заседании кафедры физической культуры и спорта 24 июня 2018 г., протокол № 10.

Утверждена на совете Института психологии и педагогики 26 июня 2018 г., протокол № 8.