

**49.06.01 – Физическая культура и спорт**  
**Б1.В.03 «Теория и методика физического воспитания, спортивной**  
**тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»**  
**Цикл дисциплин – Блок 1 «Дисциплины»**  
**Часть – вариативная**

Дисциплина (модуль)	<b>«Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»</b>
Содержание	<p>Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы физической культуры; Управление в системе физической культуре; Общие закономерности развития физических качеств и двигательных навыков; Средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека; Теоретико-методологические и историко-логические проблемы физического воспитания; Физическое воспитание в различные возрастные периоды; Теоретико-методологические основы спорта; Теория и методика профессионально-прикладной физической культуры; Теория и методика оздоровительной физической культуры; Введение в оздоровительную и адаптивную физическую культуру; История оздоровительной и адаптивной физической культуры; Становление и развитие АФК; Организация адаптивной физической культуры в РФ; Оздоровительная адаптивная физическая культура как интегративная наука, важная область социальной практики; Организация оздоровительной и адаптивной физической культуры; Оздоровительная и адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Адаптивная физическая культура – составная часть комплексной реабилитации инвалидов; Функции, принципы, задачи оздоровительной и адаптивной физической культуры; Функции, принципы, задачи, средства и методы адаптивной физической культуры; Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре; Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья; Средства и методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей; Паралимпийское и специальное олимпийское движение. Введение в психологию физической культуры и спорта; Спорт как вид человеческой деятельности; психология соревновательной деятельности; Психологические основы обучения и совершенствования в спорте; Психологическое обеспечение спортивной деятельности; Психологические основы спортивной подготовки; Психология личности и коллектива в спорте; Психодиагностика в спорте.</p>
Реализуемые компетенции	<p>способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1);          владение необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (ОПК-1),          владение методологией исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (ОПК-2);          способностью применять в педагогической деятельности современные</p>

	<p>технологии, организационные формы, методы, приемы и средства обучения и воспитания, технологии педагогического контроля результатов обучения и воспитания с целью повышения качества образовательного процесса (ПК-2);</p> <p>способностью осуществлять научно-методическое обеспечение сборных команд по олимпийским и неолимпийским видам спорта (ПК-3);</p> <p>способность выявлять, формулировать и анализировать актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности (ПК-4);</p> <p>способность использовать современные научные компетенции, передовой опыт и новации в сфере физической культуры для решения актуальных научных и практических проблем в области физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (ПК-5).</p>
<p>Результаты освоения дисциплины (модуля)</p>	<p>Знать: Владение необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;</p> <p>принципы и предпосылки методики ФВ, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной ФК;</p> <p>основные биологические и психологические закономерности управления состоянием организма спортсмена;</p> <p>о биологических закономерностях развития двигательных способностей человека посредством физических упражнений;</p> <p>физиологические основы методики спортивной тренировки.</p> <p>Уметь: Способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях</p> <p>Способность выявлять, формулировать и анализировать актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>Способность использовать современные научные компетенции, передовой опыт и новации в сфере физической культуры для решения актуальных научных и практических проблем в области физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;</p> <p>выявлять и использовать достижения смежных наук для развития теории и методики ФК;</p> <p>использовать результаты смежных наук для развития теории и методики ФК;</p> <p>Способность применять в деятельности тренера современные методы контроля состояния занимающихся и коррекции процесса их ФВ;</p> <p>Способность осуществлять прогноз динамики состояния организма спортсмена под влиянием программы спортивной тренировки.</p> <p>Владеть: Владение методологией исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;</p> <p>навыками выработки рабочих научных гипотез и обосновании научных положений;</p> <p>навыками анализа передового опыта практики ФК для развития методики ФВ, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной ФК;</p>

	<p>навыками оценки и контроля обучения двигательным действиям, развития двигательных способностей и физического воспитания;  навыками анализа и оценки состояния отдельных компонентов функциональной системы двигательной деятельности спортсменов.</p>				
Трудоемкость, з.е.	9 з.е., 324 час				
Объем занятий, час	Лекции	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа/ контроль	Промежуточная аттестация
	68	68		161/ 27	Зачет, экзамен
Формы самостоятельной работы студентов	<p>Ознакомление с научной литературой, исследовательскими материалами, Интернет-ресурсами;  сбор учебного материала, его систематизацию и анализ с целью применения его в педагогической практике;  разработка планов исследовательской работы по проблеме педагогических технологий в физкультурных образовательных учреждениях и спорте;  самоанализ собственного опыта по изучению состояния проблем применения педагогических технологий в физкультурном образовании и спорте;  установление тем, предлагаемых для самостоятельного изучения;  подготовку к семинарским занятиям;  анализ литературы по проблемам педагогических технологий в физкультурном образовании и спорте;  подготовка докладов.</p>				
Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)	Зачет 3,4,5 семестры; экзамен 6 семестр.				
<b>Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины</b>					
Основная литература	<p>Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебное пособие / Г. Д. Горбунов. – М., ОАО «Издательство «Советский спорт», 2012. – 311 с.  Ильин, Е. П. Психология спорта : учебник / Е. П. Ильин. – СПб, Питер, 2008. – 352 с.  Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия,2009. – 272с.  Никитушкина В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов. – М: Советский спорт, 2013 – 280с.  Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. /Л.П.Матвеев. – 3-е изд. Переаб. И доп. –М.:Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс,2008.-544 с.  Платонов, В.Н. Система подготовки в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение./ В.Н. Платонов — Москва : Советский спорт, 2005.- 820 с.  Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учебник для институтов физкультуры / А. В. Родионов. – М. : «Советский спорт», 2004. – 576 с.  Серова, Л. А. Психология личность спортсмена : учебное пособие / Л. А. Серова. – М. : «Советский спорт», 2007. – 116 с.</p>				

	<p>Столяренко, Л. Д. Психология : учебник / Л. Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Рн/Д., Феникс, 2009. – 487 с.</p> <p>Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для вузов и ссузов / под общ. ред. С. П. Евсеева. – 3-е изд., стер. – М.: Сов. Спорт, 2010. – Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры. – 2010. – 291 с.</p> <p>Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для вузов и ссузов / под ред. С. П. Евсеева. – 3-е изд., стер. – М. : Сов. Спорт, 2010. – Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. – 2010. – 446 с.</p>
<p>Дополнительная литература</p>	<p>Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: Физкультура и спорт, 1978.</p> <p>Бордовский В.А. Методы педагогических исследований инновационных процессов в школе и вузе: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2001. – 169 с.</p> <p>Кузин Ф.А. Кандидатская диссертация. Методика написания, правила оформления и порядок защиты: практическое пособие для аспирантов и соискателей ученой степени / Ф.А. Кузин. - М.: Ось-89, 2008. – 224 с.</p> <p>Курьсь В.Н. Концепция общего непрерывного образования в области физической культуры // Современное профессиональное образование в России: проблемы и перспективы развития: материалы I международной научно-практической конференции. – Георгиевск: ГФНГТИ, Сервисшкола, 2010. – 142 с.</p> <p>Селуянов, В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: СпортАкадемПресс, 2005. – 184 с.</p> <p>Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.</p> <p>Семенов Л.А. Введение в научно-методическую деятельность в сфере физической культуры и спорта. – М: Советский спорт, 2011 – 200 с.</p> <p>Суслаков Б.А. Статистические методы обработки результатов измерений // Спортивная метрология: учебник для ИФК. – М.: ФиС, 1982.</p> <p>Журналы:  «Теория и практика физической культуры».  «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».  «Вестник спортивной науки».  «Физическая культура в школе».  «Вопросы психологии».</p>
<p>Интернет-ресурсы</p>	<p>Википедия: свободная энциклопедия. - Электрон. дан. - Режим доступа: <a href="http://www.ru.wikipedia.org/">http://www.ru.wikipedia.org/</a>. - Загл. с экрана</p> <p>EBSCO – универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний – <a href="http://search.epnet.com">http://search.epnet.com</a></p> <p>Центральная библиотека образовательных ресурсов <a href="http://www.edulib.ru/">http://www.edulib.ru/</a></p> <p>Базы данных ИНИОН <a href="http://www.inion.ru/product/db.htm">http://www.inion.ru/product/db.htm</a></p> <p>Библиотека федерального портала «Российское образование» <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a></p> <p><a href="http://bmsi.ru/doc/394497a5-5972-416f-99c6-d915225e6455">http://bmsi.ru/doc/394497a5-5972-416f-99c6-d915225e6455</a></p> <p>Библиотека международной спортивной информации. <a href="http://www.pandia.ru/text/77/178/28442.php">http://www.pandia.ru/text/77/178/28442.php</a> Сайт энциклопедии знаний.</p>

	<p><a href="http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/">http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/</a> Физическая культура : воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал.</p> <p><a href="http://www.teoriya.ru/">http://www.teoriya.ru/</a> Научный портал «Теория.ру».</p> <p><a href="http://lib.sportedu.ru/">http://lib.sportedu.ru/</a> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.</p> <p>Сайт учебных материалов по АФК – <a href="http://nashaucheba.ru">http://nashaucheba.ru</a></p> <p>ТиО АФК С. П. Евсеев – <a href="http://www.BestReferat.ru">www. http: BestReferat.ru</a></p> <p>АФК – <a href="http://www.vevivi.ru">www. http://vevivi.ru</a></p> <p>Электронные книги. – Режим доступа :  <a href="http://www.sportguns.ru/19/psiholog-v-sporte/3-razdel.html">http://www.sportguns.ru/19/psiholog-v-sporte/3-razdel.html</a>  <a href="http://www.vash-psiholog.info/">http://www.vash-psiholog.info/</a></p> <p>Основы и особенности психологии спорта. – Режим доступа :  <a href="http://www.psychologos.ru/">http://www.psychologos.ru/</a>  <a href="https://sites.google.com/">https://sites.google.com/</a></p> <p>Научно-практический журнал «спортивный психолог».</p> <p>Журнал «тренер» – <a href="http://voppsy.ru">http://voppsy.ru</a></p> <p>Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов – <a href="http://azps.ru/">http://azps.ru/</a></p> <p>Электронная библиотека по психологии (учебники, монографии и т.д.)  <a href="http://lib.ru/PSIHO/">http://lib.ru/PSIHO/</a></p> <p>Спортивные фильмы с кратким разбором на занятиях</p>
<p>Программное обеспечение</p>	<p>Windows XP SP3, Windows 7 и выше</p> <p>Internet Explorer, Mozilla Firefox, Linux mandriva 2010, Linux mageia 4 и выше, Adobe Flash Player 10</p> <p>DirectX® 9</p> <p>Microsoft .Net Framework 3.0 или выше</p>
<p>Материально-техническое обеспечение</p>	<p>Представляется в виде перечня специализированных аудиторий, имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения; мультимедийного оборудования. Бланковые тесты. Персональный компьютер. Видеопроектор. Проекционный экран. Тестовые задания.</p>