

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
профессионального образования
«Липецкий государственный педагогический университет»**

Основная образовательная программа

Направление: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год утверждения: 2015 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Теория и методика физической культуры и спорта**

1. Цель дисциплины:

Обеспечить глубокое теоретическое осмысление основ физического воспитания и спорта и привить умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.

2. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина входит в вариативную часть профессионального цикла. Курс является продолжением, изученных разделов педагогики физической культуры и физического воспитания, является составной частью общей профессиональной подготовки педагога, направлен на совершенствование профессиональных умений и призван помочь студентам овладеть основами практической деятельности в области физической культуры и спорта.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями

- владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-1);
- способен анализировать мировоззренческие, социально и лично значимые философские проблемы (ОК-2);
- способен понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества (ОК-3);
- готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья (ОК-5);
- способен использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики (ОК-16).
- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);
- владеет основами речевой профессиональной культуры (ОПК-3);
- готов включаться во взаимодействие с родителями, коллегами, социальными партнерами, заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса (ПК-5);
- способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы для различных категорий населения, в том числе с использованием современных информационно-коммуникационных технологий (ПК- 8);

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

основные этапы развития системы физического воспитания и спорта своего народа в контексте развития мировой культуры;
эстетические, нравственные и духовные ценности физической культуры и спорта;
дидактические закономерности в физическом воспитании и спорте;
методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
методику подготовки спортсменов;
возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке;
методы организации и проведения научно-исследовательской и методической работы.

уметь:

формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
применять технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;
оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий;
осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста;
уметь овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования;
использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;
применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;
применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;
оказать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений;
определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетных единиц (252 часа).

5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость								Контроль		
	ЗЕТ	Часов всего	Аудиторная работа	Лекции	Семинары/практика	Лабораторные занятия	Индивидуальные занятия	Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачеты, экзамены*	Курсовые работы
5	2	72	36	18	18			36			
6	2	96	60	30	30			36			1
7	3	84	36	18	18			48		Э	

* З – зачет, О – зачет с оценкой, Э - экзамен

6. Основные разделы дисциплины:

1.	Исторические аспекты становления теории и методики физического воспитания и спорта, ее место и интегрирующая роль в системе физкультурного профессионального образования
2.	Культура двигательной деятельности, физически активный образ жизни человека
3.	Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта
4.	Средства и методы физического воспитания и спорта
5.	Дидактические основы теории и методики физического воспитания и спорта
6.	Теоретико-практические основы развития физических качеств (двигательных способностей)
7.	Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте
8.	Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте. Оценка эффективности физкультурно-спортивных занятий
9.	Физическое воспитание детей раннего, дошкольного и школьного возраста
10.	Физическое воспитание взрослого населения
11.	Формирование профессионализма педагога, специалиста по физической культуре и спорту
12.	Представление о физическом воспитании как системе
13.	Спорт в современном обществе, тенденции его развития
14.	Системное представление о подготовке спортсменов
15.	Спортивная ориентация и отбор
16.	Спортивная тренировка
17.	Программирование и комплексный контроль в подготовке спортсменов
18.	Факторы физической культуры и спорта в аспекте их оздоровительной ценности
19.	Формы, средства и методы оздоровительной физической культуры
20.	Педагогический и врачебный контроль в системе оздоровительной физической культуры
21.	Методы исследования в физическом воспитании и спорте

7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Елютин Ю.В., к.п.н., доцент каф. ППУФК.