Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по научной работе
_____ И.Н. Тимошина
«24» июня 2022 г.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

(название дисциплины)

Программа учебной дисциплины
по научной специальности 5.8.4. Физическая культура
и профессиональная физическая подготовка

Составители:
Костюнина Л.И., доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Касаткина Н.А., кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и утверждено на заседании ученого совета факультета физической культуры и спорта (протокол от «23» мая 2022 г. № 9).

Ульяновск, 2022

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 02F7FB69521AAD2C283301E30D456A5F
Владелец: Тимошина Ирина Назимовна
Действителен: с 09.06.2023 до 01.09.2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физического воспитания» составлена в соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), условиями их реализации, срокам освоения этих программ с учетомразличных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов (адъюнктов), утверждёнными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 20 октября 2021 года № 951 (зарегистрировано в Минюсте России 23.11.2021 № 65943) и в соответствии с учебным планом.

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания», согласно учебному плану программы подготовки научных и научно-педагогических кадров по научной специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка, относится к образовательному компоненту, к Дисциплинам (модулям) по выбору 1 (ДВ.1). Данная дисциплина способствует формированию у аспирантов базовых знаний по предметному профилю, представлений о современных методиках и технологиях ведения профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, формирует индивидуальные навыки использования специальных профильных теоретико-методических знаний в профессиональной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Целью данной дисциплины является изучение аспирантами основ теории и методики физического воспитания, формирование готовности к применению современных методик и технологий ведения профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта. Данный курс является базовым в теоретико-методологической подготовке аспирантов к сдаче кандидатского экзамена по специальной дисциплине в соответствии с темой диссертации на соискание ученой степени кандидата наук по научной специальности «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка».

В задачи входит:

- обеспечить освоение аспирантами знаний, составляющих основу современной теории и методики физической культуры на уровне, соответствующем специальности;
- содействовать развитию способности творчески использовать теоретико-методические знания в профессиональной деятельности;
- сформировать у аспирантов устойчивый интерес к профессиональной деятельности по физической культуре и профессиональной физической подготовке.

В результате освоения курса программы у аспиранта должен

знать: историю, закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем физической культуры; нормативно-правовую базу физкультурно-спортивной деятельности и ее документообеспечение; отечественный и зарубежный опыт физической культуры; актуальные проблемы в сфере физической культуры; потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, реализуемые через занятия физической культурой а также мотивацию физкультурной деятельности; знает требования к технике безопасности при проведении физкультурно-спортивных занятий; знает основы организации и проведения соревнований с учетом вида спорта и спортивно-функциональной классификации спортсменов.

уметь: изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц в процессе занятий тем или иным видом физической культуры и использовать

полученную информацию при планировании и построении занятий; определять цели и задачи физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; обеспечивать технику безопасности при проведении занятий по физической культуре; выполнять научные исследования в области физической культуры и спорта (в соответствии с новейшими теориями, интерпретациями, методами и технологиями); выявлять современные практические и научные проблемы, применять современные технологии и новации в сфере физической культуры и спорта; разрабатывать планы, программы и методики проведения исследований в области физической культуры и спорта, интерпретировать результаты собственных научных исследований и выявлять их практическую значимость.

владеть: необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания; методологией исследований в области теории и методики физического воспитания; навыками составлять плановую и отчетную документацию, необходимую доя обеспечения процесса физического воспитания; технологией подготовки и использования необходимого оборудования при организации процесса физического воспитания с различным контингентом.

3. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины 36 часа – 1 зачетная единица (4 часа лекций, 8 часов практические занятия), 24 часа самостоятельной работы).

Форма контроля – зачет (в третьем семестре) – 1 зачётная единица (36 часов).

№ п/п	Раздел/тема дисциплины	Год обучения	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу аспирантов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости, Формы промежуточной аттестации *(по итогам освоения дисциплины)*
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1	Теория и методика физического воспитания в системе физкультурного профессионального образования	2	2	1	2	Эссе Реферат Тесты
2	Направленное формирование личности в процессе физического воспитания	2		2	6	Эссе Коллоквиум Реферат
3	Дидактические и организационные основы теории и методики физического воспитания	2	2	1	4	Кейс-задачи Коллоквиум Реферат
4	Содержание, направленность и методика развития выносливости,	2		2	6	Эссе Кейс-задачи Коллоквиум

	силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие					Реферат Тесты
5	Проблематика исследования физического воспитания в процессе основной трудовой деятельности	2		2	6	Устный опрос Реферат Тесты
	Всего (36) часа		**4**	**8**	**24**	Форма контроля зачет (3 сем)

Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины «Теория и методика физического воспитания»

Тема 1. Теория и методика физического воспитания в системе физкультурного профессионального образования

Концепция системы физического воспитания и условий ее функционирования в обществе. Тенденции становления отечественной и зарубежных систем физического воспитания, упорядочивающее воздействие социальной системы физического воспитания на физкультурное и спортивное движение в обществе, соотношение системы физического воспитания и различных форм функционирования физической культуры в обществе. Общеподготовительные и специализированные направления в системе физического воспитания; идейно-теоретические, программно-нормативные и организационные основы отечественной системы физического воспитания, перспективы ее совершенствования.

Тенденции развития теории и методики физического воспитания как одной из обобщающих наук, в единстве со становлением общей теории физической культуры, связь с другими науками, образованием, воспитанием. Интегрирующая роль теории и методики физического воспитания в подготовке научных работников в сфере физической культуры и спорта и в системе дисциплин учебного плана в профессиональном физкультурном образовании. Современный понятийный аппарат теории физического воспитания (основных категорий). Научно-прикладная проблематика организационно-управленческого, материально-технического и экономического обеспечения условий для качественного функционирования системы физического воспитания, совершенствования системы подготовки профессиональных физкультурных кадров высшей квалификации в современный период социального преобразования России.

Структура и логика научного исследования в общей теории физической культуры. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и других. Приоритетные научные направления в области физической культуры. Сочетание в исследовании закономерностей физической культуры, спорта и физического воспитания, логико-познавательных, экспериментальных, инструментальных, математических и других методов.

Тема 2. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания

Физическое воспитание как средство становления личности. Социальные проблемы развития физической культуры и спорта в современном обществе, перспективы совершенствования системы физического воспитания и массовых форм физической культуры. Особенности формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом Задачи физического воспитания в формировании

личности. Пути совершенствования взаимосвязи физического, нравственного, эстетического, умственного и трудового воспитания. Актуальные задачи повышения значения физической культуры и спорта в формировании активной жизненной позиции людей.

Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности в процессе физкультурных занятий. Образовательный и социальный аспекты спортивно-ориентированного физического воспитания. Олимпийское образование как инновационная технология физического воспитания. Организационно-педагогические основы олимпийского образования в России. Спартианская технология духовного и физического оздоровления детей и молодежи. Основные концепции методологии и методики «Президентских состязаний» населения Российской Федерации. Средства, методы и формы занятий физической культурой в решении задач социальной интеграции (детей с девиантным поведением, «трудных подростков»). Формирование физической культуры личности с использованием современных педагогических технологий в различных сферах физкультурной практики.

Тема 3. Дидактические и организационные основы теории и методики физического воспитания

Дидактические проблемы базового физического воспитания. Педагогические технологии в системе физического воспитания. Нормативно-критериальные основы физического воспитания. Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов системы физического воспитания. Управление системой физического воспитания. Прогнозирование системы физического воспитания

Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту. Средства и методы физического воспитания. ***Направленность, содержание и методика физического воспитания в системе общего и высшего образования.*** Организация и обеспечение физического воспитания в системе дошкольного, среднего, среднего специального и высшего образования. Особенности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) качеств (способностей), формирование двигательных навыков и умений в системе дошкольного воспитания, среднего, среднего специального и высшего образования. Особенности организации физического воспитания с учетом специфики профессиональной деятельности человека.

Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями в образовательных организациях, в процессе реализации различных программ физкультурно-оздоровительной направленности. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий. Структура процесса обучения и особенности его этапов. Проблемы изучения и оптимального нормирования нагрузок и отдыха в физическом воспитании. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Структура и содержание занятий физической культурой различной направленности. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности. Управление оздоровительным эффектом занятий по физическому воспитанию, контроль и коррекция физических воздействий на организм.

Тема 4. Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие

Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) качеств (способностей). Содержание, направленность и

методика развития, функционирования и совершенствования силовых, скоростных и координационных качеств (способностей) – гибкости, общей физической и аэробной выносливости. Взаимосвязь, взаимовлияние и взаимодействие двигательных (физических) качеств (способностей). Общие и специфические закономерности переноса физических качеств. Динамика развития двигательных (физических) качеств (способностей), методики оценки уровня их развития. Методика развития различных физических качеств.

Общие закономерности формирования двигательных навыков и умений, влияние на их качество физических качеств. Содержание и методика формирования простых и сложных двигательных навыков и умений. Взаимосвязь и интерференция двигательных навыков. Общие и специфические закономерности переноса двигательных навыков. Последовательность формирования простых и сложных двигательных навыков. Влияние физических качеств на успешность формирования двигательных умений и навыков.

Тема 5. Проблематика исследования физического воспитания в процессе основной трудовой деятельности

Проблематика исследования физического воспитания в процессе профессионального обучения и основной трудовой деятельности. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования в условиях его реформирования. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическое воспитание людей молодого и зрелого возраста. Значение и задачи физического воспитания в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования форм физической культуры. Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности: бытового физкультурно-гигиенического, оздоровительно-рекреативного, общеподготовительного, спортивного, профессионально-производственного, физкультурно-реабилитационного. Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи, особенности методики и формы занятий.

Физкультурно-кондиционная тренировка и другие формы системного использования факторов физической культуры в оздоровительных и иных социально-важных целях. Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий. Основные направления в системе оздоровительной физической культуры: оздоровительно-рекреативная физическая культура; оздоровительно-реабилитационная физическая культура; спортивно-реабилитационная физическая культура; гигиеническая физическая культура. Характеристика и основы построения оздоровительной тренировки. Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.

4. Образовательные технологии

При реализации учебной работы по освоению курса «Теория и методика физического воспитания» используются современные образовательные технологии:

- информационно-коммуникационные технологии;
- проектные методы обучения;
- исследовательские методы в обучении;
- проблемное обучение.

Успешное освоение материала курса предполагает большую самостоятельную работу аспирантов и руководство этой работой со стороны преподавателей.

Программа дисциплины «Теория и методика физического воспитания» предусматривает использование в учебном процессе аудиторного практикума в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков аспирантов. Эффективность применения интерактивных форм обучения обеспечивается реализацией следующих условий:

1. создание диалогического пространства в организации учебного процесса;
2. использование принципов социально-психологического обучения в учебной и научной деятельности;
3. формирование психологической готовности преподавателей к использованию интерактивных форм обучения, направленных на развитие внутренней активности аспирантов.

Использование интерактивных форм и методов обучения направлено на достижение ряда важнейших образовательных целей:

- стимулирование мотивации и интереса в области углубленного изучения общей научно-философской проблематики в общеобразовательном, общекультурном и профессиональном плане;
- повышение уровня активности и самостоятельности научно-исследовательской работы аспирантов;
- развитие навыков анализа, критичности мышления, взаимодействия, научной коммуникации.

Реализация программы аспирантуры может осуществляться в очной и дистанционной формах с применением информационно-телекоммуникационных сетей.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы аспирантов по дисциплине

Важную роль при освоении дисциплины «Теория и методика физического воспитания» играет самостоятельная работа аспирантов. Самостоятельная работа способствует:

- углублению и расширению знаний;
- формированию интереса к познавательной деятельности;
- овладению приёмами процесса познания;
- развитию познавательных способностей.

Самостоятельная работа аспирантов имеет основную цель – обеспечить качество подготовки выпускаемых специалистов в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

К самостоятельной работе относятся:

- самостоятельная работа на аудиторных занятиях (лекциях, семинарских занятиях);
- внеаудиторная самостоятельная работа.

В процессе обучения предусмотрены следующие виды самостоятельной работы обучающегося:

- работа с конспектами лекций;
- проработка пройденных лекционных материалов по конспекту лекций, учебникам и пособиям на основании вопросов, подготовленных преподавателем;
- написание рефератов, эссе по отдельным разделам дисциплины;
- подготовка научных докладов и творческих работ;
- проработка дополнительных тем, не вошедших в лекционный материал, но обязательных согласно учебной программе дисциплины;
- самостоятельное решение сформулированных задач по основным разделам курса;

- работа над индивидуальными научными проектами;
- изучение обязательной и дополнительной литературы;
- подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний;
- выполнение проверочных работ;
- подготовка отчета или презентации.

В целях фиксации результатов самостоятельной работы аспирантов по дисциплине проводится аттестация самостоятельной работы. Контроль результатов самостоятельной работы осуществляется преподавателем в течение всего семестра.

При освоении дисциплины могут быть использованы следующие формы контроля самостоятельной работы:

- реферат,
- эссе,
- коллоквиум,
- контрольная работа,
- тестовый контроль,
- другие по выбору преподавателя.

Научный руководитель организует самостоятельную работу аспиранта в соответствии с рабочим учебным планом и графиком, рекомендованным преподавателем. Аспирант должен выполнить объем самостоятельной работы, предусмотренный рабочим учебным планом, максимально используя возможности индивидуального, творческого и научного потенциала для освоения образовательной программы в целом. Самостоятельная работа аспирантов может носить репродуктивный, частично-поисковый и поисковый характер. Самостоятельная работа, носящая репродуктивный характер, предполагает, что в процессе работы аспиранты пользуются методическими материалами и методическими пособиями, в которых указывается, в какой последовательности следует изучать материал дисциплины, обращается внимание на особенности изучения отдельных тем и разделов. Самостоятельная работа, носящая частично-поисковый характер и поисковый характер, нацеливает аспирантов на самостоятельный выбор способов выполнения работы, на развитие у них навыков творческого мышления, инновационных методов решения поставленных задач.

Для анализа организации своей самостоятельной работы, аспиранту рекомендуется в письменной форме ответить на предлагаемые вопросы и затем критически проанализировать, насколько эффективно он работает самостоятельно.

Во время самостоятельной подготовки аспиранты обеспечены доступом к базам данных и библиотечным фондам, а также доступом к сети Интернет.

Формы проведения самостоятельной работы

№/№	Наименование разделов	Содержание работы	Кол-во часов
1	Теория и методика физического воспитания в системе физкультурного профессионального образования.	Общая характеристика теории и методики физической культуры. Система физического воспитания в Российской Федерации Современные проблемы в разработке структуры и функций физической культуры и методология их определения. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.	2
2	Направленное формирование	Проблемы формирования личности в процессе физического воспитания. Спортизация физического	6

	личности в процессе физического воспитания	воспитания как перспективная форма стимуляции процесса возрастного развития двигательного потенциала человека. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности.	
3	Дидактические и организационные основы теории и методики физического воспитания.	Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности занимающихся в процессе физкультурных занятий. Средства, методы и формы занятий физической культуры в решении задач социальной интеграции лиц с проблемами (дети с девиантным поведением, «трудные подростки»). Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста. Проблемы разработки авторских программ по предмету «физическая культура». Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Современные представления о сущности двигательных умений и навыков, их отличительные особенности (автоматизация, стереотипизация, вариативность, надежность).Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию школьников.	4
4	Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие.	Физические качества и способности. Их классификация, основные закономерности и методические особенности их развития. Проблема «критических» или «чувствительных» (сензитивных) периодов онтогенетического развития физических способностей. Понятие о средствах физического воспитания, их классификация. Физические упражнения как основное специфическое средство физического воспитания. Метод как способ выполнения упражнения, есть процесс упражнения. Методика как совокупность средств, методов и форм организации двигательной деятельности	6
5	Проблематика исследования физического воспитания в процессе основной трудовой деятельности	Физическое воспитание студенческой молодежи. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Профессионально-прикладная физическая культура. Общая характеристика оздоровительной физической культуры. Тенденции в развитии оздоровительной физической культуры в различных странах. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.	6
		Всего часов	**48**

Примерный перечень вопросов для самоконтроля при освоении дисциплины

1. Предмет и место общей теории физической культуры в системе научных знаний о физической культуре.
2. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.
3. Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений.
4. Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями – «физическим воспитанием», «спортом», «физической рекреацией», «двигательной реабилитацией», «адаптивной физической культурой» и др.
5. Современные проблемы в разработке структуры и функций физической культуры и методология их определения.
6. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.
7. Система физической культуры в России – понятие о системе физической культуры и ее структуре.
8. Факторы, формы и условия функционирования системы физической культуры в обществе.
9. Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры.
10. Суть и основные признаки физических упражнений. Классификация физических упражнений и ее значение. Характеристика наиболее распространенных классификаций.
11. Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека.
12. Роль вербальных, сенсорных, материально-технических и других средств в педагогическом процессе.
13. Общие принципы системы физического воспитания, их сущность и основные аспекты реализации на практике.
14. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты методов физического воспитания.
15. Средства (упражнения) и методы (методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный методы) в физическом воспитании.
16. Общепедагогические и другие методы в физическом воспитании.
17. Представление о системе принципов физического воспитания, регламентирующих деятельность специалистов (общесоциальные, методические, специфические).
18. Общеметодические принципы в физическом воспитании (сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности).
19. Специфические методические принципы физического воспитания (непрерывности постепенного наращивания функциональных воздействий и адаптивное сбалансирование их динамики, цикличности, возрастной адекватности направлений физического воспитания).
20. Двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании. Характеристика двигательных умений и навыков.
21. Структура процесса обучения двигательным действиям.
22. Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности занимающихся в процессе физкультурных занятий.

23. Средства, методы и формы занятий физической культуры в решении задач социальной интеграции лиц с проблемами (дети с девиантным поведением, «трудные подростки»).

24. Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.

25. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности.

6. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

В процессе оценки аспирантов необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: эссе, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, кейс-задачи, реферат, коллоквиум и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических занятиях.

№ п/п	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины	Наименование оценочного средства	Формируемые знания, умения, навыки
1	Теория и методика физического воспитания в системе физкультурного профессионального образования	ОС 1 – Эссе ОС 4 – Реферат ОС 5 – Тесты	Знания по истории отечественной и зарубежной систем физической культуры отечественный и зарубежный, опыт физической культуры, о ее закономерностях, функциях, принципах, средствах и методах. Умеет изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц в процессе занятий тем или иным видом физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий; определять цели и задачи физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
2	Направленное формирование	ОС 1 – Эссе	Знает потребности человека, его ценностные ориентации,

	личности в процессе физического воспитания	ОС 3 – Коллоквиум ОС 4 – Реферат	направленность личности, реализуемые через занятия физической культурой а также мотивацию физкультурной деятельности. Умеет определять цели и задачи физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья
3	Дидактические и организационные основы теории и методики физического воспитания	ОС 2 – Кейс-задачи ОС 3 – Коллоквиум ОС 4 – Реферат	Знает актуальные проблемы в сфере физической культуры, требования к технике безопасности при проведении физкультурно-спортивных занятий; знает основы организации и проведения соревнований с учетом вида спорта и спортивно-функциональной классификации спортсменов. Умеет подбирать средства и методы физического воспитания в соответствии с дидактическими задачами на основе современных теорий и технологий), обеспечивать технику безопасности при проведении занятий по физической культуре. Владеет навыками составления плановой и отчетной документаци, необходимой для обеспечения процесса физического воспитания.
4	Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие.	ОС 1 – Эссе ОС 2 – Кейс-задачи ОС 3 – Коллоквиум ОС 4 – Реферат ОС 5 – Тесты	Знает особенности развития физических качеств, а также методики их развития и оценки. Умеет использовать полученную информацию по физическому воспитанию при планировании и построении занятий, грамотно определяя их цели и задачи для гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; обеспечивать технику безопасности при проведении занятий по физической культуре
5	Проблематика исследования физического воспитания в	ОС 4 – Реферат ОС 5 – Тесты	Умеет разрабатывать планы, программы и

	процессе основной трудовой деятельности		методики проведения исследований в области физической культуры и спорта, интерпретировать результаты собственных научных исследований и выявлять их практическую значимость.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости аспирантов по дисциплине

Оценочное средство 1. Эссе.

Темы эссе для раздела «Теория и методика физического воспитания и спорта в системе общего и физкультурного профессионального образования»:

1. Основные этапы развития физического воспитания
2. Вклад отечественных учёных в развитие теории и методики физического воспитания и спорта
3. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.
4. Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях.
5. Физическая культура и спорт как социальный институт.

Темы эссе для раздела «Направленное формирование личности в процессе физического воспитания»:

1. Творчество специалистов в спортивной практике
2. Педагогическое мастерство специалиста по физической культуре
3. Стили управления в спорте
4. Заслуженные тренеры современности: секреты успеха
5. Я и мой тренер: профессионал, наставник, личность

Темы эссе для раздела Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие.

1. Современные тенденции в теории и методике развития двигательно-координационных качеств.
2. Методика развития, функционирования и совершенствования силовых качеств (скоростных качеств, гибкости, общей физической и аэробной выносливости).
3. Взаимосвязь, взаимовлияние и взаимодействие двигательных (физических) качеств (способностей).
4. Общие закономерности формирования двигательных навыков и умений: содержание и методика формирования простых и сложных двигательных навыков и умений.
5. Взаимосвязь и интерференция двигательных навыков.
6. Интеллектуализация спортивной подготовки как новая парадигма развития современной теории и методики спорта.

Задание: - написать эссе по одной из предложенных тем

(письменно в тетради)

Критерии оценки эссе

Оценка	Описание критериев оценки реферата
«Зачтено»	эссе носит самостоятельный и творческий характер, демонстрируется научное изложение умение материала последовательно и грамотно, сделаны необходимые обобщения и выводы; содержится развернутая аргументация и личностная оценка проблемы эссе, грамотная работа с

	понятийным аппаратом; если есть недочеты, то они легко исправляются по замечанию преподавателя.
«Незачтено»	- эссе содержит слабо обоснованные утверждения, присутствуют несоответствия между поставленными задачами, содержанием анализа и выводами; - неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, не показано общее понимание вопроса и не продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после замечаний преподавателя

Оценочное средство 2. Кейс-задачи

Кейс-задачи для раздела «Дидактические и организационные основы теории и методики физического воспитания»

Задание 1. Заполните таблицу "Техника физических упражнений" (на примере избранного вида спорта).

Основные характеристики техники физических упражнений	Раскройте суть каждой из характеристик техники физических упражнений
1. Пространственные	
2. Временные	
3. Пространственно-временные	
4. Силовые	
5. Ритмические	
6. Качественные	

Задание 2. Заполните таблицу "Критерии технического мастерства" (на примере избранного вида спорта).

Критерии технического мастерства	Характеристика критериев
1.	
2.	
3.	
…	

Задание 3. Заполнить план-схему обучения какому-либо технико-тактическому действию (на примере избранного вида спорта) и подготовить по ней мультимедийную презентацию.

План-схема выполняется в виде таблицы по следующим разделам:

Средства обучения (для каждого этапа обучения)	Методические указания	Возможные ошибки	Предполагаемые причины ошибок	Способы устранения ошибок
1.Ознакомление: -..... -..... -.....				
2. Разучивание: -..... -..... -.....				
3. Совершенствование: -..... -..... -.....				

<u>Кейс-задачи для раздела</u> Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие.

Кейс-задача 1. Методика лишь тогда ведет кратчайшим путем к цели, когда основывается на верных принципах. Есть ряд принципов, которые выражают главным образом методические закономерности педагогического процесса и в силу этого являются обязательными при решении образовательных задач. Это принципы сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации.

Задание. Попробуйте определить, какие последствия или сбои можно наблюдать при осуществлении педагогического процесса в случае пренебрежения каким-либо принципом. Раскройте устно логику поиска и ответа на данный вопрос с использованием примеров из реального профессионально-педагогического процесса.

Кейс-задача 2. *В* физическом воспитании различают методы стандартного упражнения и методы переменного (вариативного) упражнения. Эти методы используются в режиме непрерывной и интервальной нагрузки. Каждый из этих методов позволяет решать те или иные задачи в процессе физического воспитания. Вашему вниманию предлагается следующая проблемная ситуация. В процессе проведения условных занятий физическими упражнениями необходимо поочередно под каждый метод сформулировать: 1) задачу, связанную с использованием метода стандартно-непрерывного упражнения; 2) задачу, которая может быть решена с помощью метода стандартно-интервального упражнения; 3) задачу, связанную с использованием метода переменно-непрерывного упражнения; 4) задачу, которая может быть решена с помощью метода переменно-интервального упражнения.

Задание. Дайте обоснование сформулированным вами задачам.

Кейс-задача 3. Перечислите факторы, влияющие на проявление силовых способностей.

1)_____
2)_____
3)_____
4)_____
5)_____
6)_____

2. Укажите основные задачи развития силовых способностей:

1)_____
2)_____
3)_____

Кейс-задача 4. Обосновать выбор контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития скоростных способностей

Контрольные упражнения			
Для оценки простой и сложной двигательной реакции	Для оценки скорости одиночных движений	Для оценки максимальной частоты движений в разных суставах	Для оценки скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях

Кейс-задача 5. Обосновать продолжительность (в секундах, минутах) и интенсивность (в %) при выполнении упражнений, направленных на повышение анаэробных возможностей организма.

Направленность упражнения	Продолжительность выполнения упражнения (с,	Интенсивность выполнения упражнения (%)

	мин)	
Упражнения, преимущественно способствующие повышению алактатных анаэробных способностей		
Упражнения, позволяющие параллельно совершенствовать алактатные и лактатные анаэробные способности		
Упражнения, способствующие повышению лактатных анаэробных возможностей		
Упражнения, позволяющие параллельно совершенствовать алактатные, анаэробные и аэробные возможности		

Кейс-задача 6. Впишите в таблицу по 5 упражнений для развития активной и пассивной гибкости.

Упражнения для развития активной гибкости	Упражнения для развития пассивной гибкости

Критерии оценки кейс-задач

Оценка	Описание критериев оценки реферата
«Зачтено»	Демонстрируется владение теоретическим материалом изучаемой темы, без грубых ошибок, связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, показаны необходимые для раскрытия темы знания; есть конкретизация, логика и доказательность изложения учебного материала, грамотно используется специальная терминология; самостоятельно выделяются существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи.
«Незачтено»	Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи не показано Умение раскрыть значение обобщенных знаний. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

Оценочное средство 3. Коллоквиум.

Вопросы для подготовки к коллоквиуму по разделу «Направленное формирование личности в процессе физического воспитания»:

1. Планирование, контроль и учет как одно из условий эффективности управления направленным формированием личности в процессе физического воспитания.
2. Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов. Ступени, задачи ориентации и отбора на различных этапах многолетней подготовки.

3. Спорт высших достижений как средство формирования личности. Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы подготовки.

4. Профессионально-прикладная физическая культура, ее виды и разновидности. Задачи, средства и основные черты методики занятий в профессионально-прикладной физической культуре.

5. Социально-педагогическое значение физической культуры для детей и подростков: цели, задачи, направленность и формы занятий с ними в системе физической культуры.

6. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов.

7. Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования в условиях его реформирования.

8. Физическое воспитание людей молодого и зрелого возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности.

9. Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи, особенности методики и формы занятий.

Вопросы для подготовки к коллоквиуму по разделу «Дидактические основы теории и методики физического воспитания»:

1. Физические упражнения как средства физического воспитания.
2. Методы строго регламентированного упражнения при обучении движениям.
3. Содержание и форма физических упражнений.
4. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процессов упражнения.
5. Техника физических упражнений Состав техники.
6. Методы строго регламентированного упражнения, применяемые для восстановления физических качеств.
7. Пространственные, временные и пространственно-временные характеристики.
8. Соревновательный метод и методы наглядности и аппаратурно-методического обеспечения.
9. Динамические, ритмические и качественные характеристики.
10. Игровой метод и методы речевого воздействия.
11. Эффекты упражнений. Классификация физических упражнений.
12. Методы комплексного использования физических упражнений.

Вопросы для подготовки к коллоквиуму по разделу Содержание, направленность и методика развития выносливости, силовых, скоростных, координационных качеств, их взаимовлияние и взаимодействие.

1. Сущность и показатели силовых качеств.
2. Пути воспитания способности к рациональному мышечному расслаблению.
3. Задачи, средства и методы развития силовых качеств.
4. Сущность, показатели и типы выносливости.
5. Задачи, средства и методы воспитания быстроты простых и сложных двигательных реакций.
6. Пути воспитания способности точно соблюдать и регулировать пространственные параметры движений.
7. Задачи, средства и методы развития быстроты, определяющей скоростные характеристики движений.
8. Задачи, средства и методы развития специфической выносливости.
9. Задачи, средства и методы воспитания общей выносливости.
10. Пути развития способности поддерживать равновесие.
11. Двигательно-координационные способности как основа ловкости.

12. Задачи, средства и методы развития гибкости

Критерии оценки ответа коллоквиума

Оценка	Описание критериев оценки реферата
«Зачтено»	Демонстрируется владение теоретическим материалом изучаемой темы, без грубых ошибок, связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, показаны необходимые для раскрытия темы знания; есть конкретизация, логика и доказательность изложения учебного материала, грамотно используется специальная терминология; самостоятельно выделяются существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи.
«Незачтено»	Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи не показано Умение раскрыть значение обобщенных знаний. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

Оценочное средство 4. Реферат.
Задание:- подготовить реферат
Примерная тематика рефератов по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»

1. Предмет и место общей теории физической культуры в системе научных знаний о физической культуре.
2. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.
3. Физическая культура как вид культуры человека и общества.
4. Понятие физической культуры и многообразие его определений.
5. Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями – «физическим воспитанием», «спортом», «физической рекреацией», «двигательной реабилитацией», «адаптивной физической культурой» и др.
6. Современные проблемы в разработке структуры и функций физической культуры и методология их определения.
7. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.
8. Система физической культуры в России – понятие о системе физической культуры и ее структуре.
9. Факторы, формы и условия функционирования системы физической культуры в обществе.
10. Социальные функции физической культуры и спорта.
11. Интеграция спорта, культуры и образования
12. Олимпизм. Олимпийское движение. Олимпийская хартия.
13. Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности занимающихся в процессе физкультурных занятий.
14. Средства, методы и формы занятий физической культуры в решении задач социальной интеграции лиц с проблемами (дети с девиантным поведением, «трудные подростки»).

15. Психологическая структура педагогической деятельности специалиста по физической культуре.
16. Спортивно-ориентированное физическое воспитание.
17. Социально-биологические резервы человека и технологии спортивной подготовки.
18. Психолого-педагогические технологии в спорте высших дистижений.
19. Олимпийское образование – инновационная технология физического воспитания.
20. Президентские состязания – основа развития массового физкультурно-спортивного движения школьников.
21. Пути оптимизации содержания инновационного физического воспитания учащихся средних учебных заведений.
22. Пути оптимизации содержания инновационного физического воспитания студентов высших учебных заведений.
23. Тенденции развития инновационных процессов в области массового спота в России.
24. Спортизация физического воспитания.
25. Технология организации инновационного физического воспитания в школе.
26. «Дети России образованны и здоровы» - новая идеология физического воспитания детей и подростков.
27. СпАрт – инновационная технология физического и духовного воспитания.
28. Физиологические основы здорового образа жизни. Обоснование критериев и уровня здоровья. Критерии физического здоровья (величина МПК; PWC170).
29. Общие физиологические закономерности использования физических нагрузок для улучшения состояния здоровья.
30. Физическая культура в системе образования и воспитания подрастающего поколения.
31. Основы воспитания физических качеств (на примере одного из перечисленных качеств: сила, скоростные способности, скоростно-силовые способности, выносливость общая и специальная, гибкость, координационные способности).
32. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста (значение, задачи, особенности средств и методов);
33. Научно-методические основы специализированных занятий спортом в школьном возрасте.
34. Детский, подростковый и юношеский возраст. Двигательная активность как необходимый фактор развития, увеличения функциональных возможностей растущего организма. Обоснование величины оптимальной двигательной активности и методики использования физических упражнений.
35. Зрелый и пожилой возраст. Физическая активность — важное условие высокой работоспособности лиц зрелого и пожилого возраста. Влияние разных форм физической культуры (ходьба, оздоровительный бег, плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде, ритмическая и атлетическая гимнастика и др.) на стареющий организм.
36. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности как виды деятельности, позволяющие формировать у будущих специалистов профессионально значимые качества.
37. Профессионально-прикладная физическая подготовка (задачи, средства, формы, методические особенности).
40. Физическая культура в системе НОТ (значение, задачи, средства, формы, методические особенности).
38. Физическая культура в быту взрослого населения (значение, основные формы и их методические особенности).
39. Моделирование тех или иных ограничений двигательной деятельности, обусловленных конкретным заболеванием.
40. Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности в программе Всероссийских Универсиад.

Требования к оформлению реферата:

1. Объем: 12-16 страниц.
   В рекомендуемый объём работы не входят титульный лист, план, список литературы и приложения.
2. Шрифт – Times New Roman.
3. Размер шрифта – 14.
4. Выравнивание текста – по ширине, кроме титульного листа.
5. Междустрочный интервал – 1,5.
6. Отступ: 1,25.
7. Параметры страницы: размер –А4, поля: сверху, снизу – 2 см, справа – 1,5 см, слева – 2,5 см.
8. Структура реферата:
   - Титульный лист
   - План
   - Основной текст реферата
   - Список литературы (не менее 5 источников)
   - Приложение (не обязательно)

Критерии оценки реферата

Оценка	Описание критериев оценки реферата
«Зачтено»	- реферат представляет собой оригинальное теоретическое исследование, имеющее практическую ценность для дальнейшей научной работы аспиранта; - задачи реферата сформулированы четко, непротиворечиво, основное содержание включает логически завершенное решение поставленных задач, заключение адекватно отражает итог проделанной работы; - текст реферата излагается на хорошем теоретическом уровне; - структура реферата соответствует общей логике аргументации выдвинутых тезисов; - реферат содержит оригинальный критический анализ; предложенной темы, соответствующий критерию новизны.
«Незачтено»	- реферат содержит слабо обоснованные утверждения, присутствуют несоответствия между поставленными задачами, содержанием анализа и выводами; - в реферате слабо выдержана общая структура, изложение непоследовательно, поставленные задачи решены частично; - реферат не представляет собой оригинального, самостоятельного исследования, поставленные задачи не решены, либо поставлены некорректно; - не соблюдены требования к оформлению реферата; - не проработана литература по теме исследования; - реферат содержит 25% или более текста опубликованных или подготовленных в учебных целях работ других авторов, не оформленного в виде цитат.

Образец титульного листа

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

РЕФЕРАТ
по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»

(ТЕМА РЕФЕРАТА)

Выполнил(а):
аспирант(ка) 2 курса
очного отделения
Ф.И.О. (полностью)

Проверила: должность,
ФИО.

Ульяновск - 202_

Оценочное средство 4. Тесты.

Тесты по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»

1. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:

1) физической культурой;
2) физической подготовкой;
3) физическим воспитанием;
4) физическим образованием.

2. Результатом физической подготовки является:

1) физическое развитие индивидуума;
2) физическое воспитание;
3) физическая подготовленность;
4) физическое совершенство.

3. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называется:

1) спортивной тренировкой;
2) специальной физической подготовкой;
3) физическим совершенством;
4) профессионально-прикладной физической подготовкой.

4. Укажите, какое понятие (термин) подчеркивает прикладную направленность

физического воспитания к трудовой или иной Деятельности:

1) физическая подготовка;
2) физическое совершенство;
3) физическая культура;
4) физическое состояние.

5. К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:

1) показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств;
2) показатели уровня физической подготовленности и спортивных результатов;
3) уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков;
4) уровень и качество сформированных спортивных двигательных умений и навыков.

6. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе:

1) результаты научных исследований;
2) прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности;
3) осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий), важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни и установление связи между ними;
4) желание заниматься физическими упражнениями.

7. На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства служат:

1) показатели телосложения;
2) показатели здоровья;

3) уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков;

4) нормативы и требования государственных программ по физическому воспитанию в сочетании с нормативами единой спортивной классификации.

8. Совокупность методологических и организационно-методических установок, определяющих подбор, компоновку и порядок задействования воспитательного инструментария, называется:

1) воспитанием;

2) техникой воспитания;

3) технологией воспитательной деятельности;

4) воспитательными приемами.

9. Определенные способы педагогического воздействия на занимающихся физической культурой и спортом или взаимодействия с ними в целях формирования и развития у них качеств, необходимых для успешного выполнения социальных ролей и достижения личностно значимых целей, называются:

1) средствами воспитания;

2) приемами воспитания;

3) правилами воспитания;

4) методами воспитания.

10. Совокупность приемов, операций и других действий педагога по физической культуре и спорту по использованию воспитательного инструментария в профессиональной деятельности характеризует:

1) стратегию воспитания;

2) технику воспитания;

3) тактику воспитания;

4) методы воспитания.

11. Основу методов воспитания составляют:

1) средства и приемы воспитания;

2) убеждение и наглядный пример;

3) тактика и техника воспитания;

4) правила воспитания.

12. В процессе воспитания при убеждении «делом» наиболее часто используются следующие приемы:

1) показ занимающемуся ценности и значимости его действий и поступков; личный пример преподавателя (тренера);

2) разъяснение, доказательство;

3) сравнение, сопоставление;

4) МОРАЛЬНОЕ И МАТЕРИАЛЬНОЕ СТИМУЛИРОВАНИЕ.

13. Основным специфическим средством физического воспитания являются:

1) физические упражнения;

2) оздоровительные силы природы;

3) гигиенические факторы;

4) тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры.

14. Физические упражнения — это:

1) такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;

2) виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;

3) такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям;

4) виды двигательных действий, направленные на изменение форм телосложения и развитие физических качеств.

15. Под техникой физических упражнений понимают:

1) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;

2) способы выполнения двигательного действия, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;

3) определенную упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения;

4) видимую форму, которая характеризуется соотношением пространственных, временных и динамических (силовых) параметров движения.

16. Под методами физического воспитания понимаются:

1) основные положения, определяющие содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями;

2) те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения;

3) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия;

4) способы применения физических упражнений.

17. К специфическим методам физического воспитания относятся:

1) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;

2) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;

3) методы срочной информации;

4) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

18. Какой из нижеперечисленных методов представляет собой последовательное выполнение специально подобранных упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы?

1) метод сопряженного воздействия;

2) игровой метод;

3) метод переменно-непрерывного упражнения;

4) круговой метод (метод круговой тренировки).

19. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что:

1) каждое упражнение направлено одновременно на совершенствование техники движения и на развитие физических способностей;

2) они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом физического воспитания;

3) они определяют строгую организацию занятий физическими упражнениями;

4) каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

20. Сущность метода сопряженного воздействия состоит в том, что техника двигательного действия:

1) разучивается в условиях, требующих уменьшения физических усилий;

2) совершенствуется в условиях, требующих увеличения физических усилий;

3) закрепляется в условиях внешних и внутренних сбивающих факторов (помехоустойчивость);

4) выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

21. Укажите, какие принципы используются в системе физического воспитания в качестве руководящих положений:

1) общесоциальные и общепедагогические принципы;

2) общеметодические принципы;

3) специфические принципы;

4) общесоциальные, общепедагогические, общеметодические и специфические принципы. ***22. Укажите, какие из перечисленных принципов являются общеметодическими:***

1) принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации;

2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;

3) принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, принцип циклического построения занятий;

4) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

23. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся?

1) принцип сознательности и активности;

2) принцип доступности и индивидуализации;

3) принцип научности;

4) принцип связи теории с практикой.

24. Целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у социальных субъектов качеств, необходимых им для выполнения каких-либо функций, называется:

1) учением;

2) преподаванием;

3) воспитанием;

4) обучением.

25. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, называется:

1) двигательными действиями;

2) спортивной техникой;

3) подвижной игрой;

4) физическими упражнениями.

26. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется:

1) физическим образованием;

2) физическим воспитанием;

3) физическим развитием;

4) физической культурой.

27.Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т. е. при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:

1) двигательным умением;

2) техническим мастерством;

3) Двигательной одаренностью;

4) Двигательным навыком.

28. Основным отличительным признаком двигательного навыка является:

1) нестабильность в выполнении двигательного действия;

2) постоянная сосредоточенность внимания на технике выполнения двигательного действия;

3) автоматизированность управления двигательными действиями;

4) неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, дождь, плохое освещение мест занятий, шум в зале, на стадионе и т. п.).

29. Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя ..., которые отличаются друг от друга как частными задачами, так и особенностями методики. Вставка-ответ:

1) три этапа;

2) четыре этапа;

3) два этапа;

4) пять этапов.

30. Обучение двигательному действию начинается с:

1) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и способе его выполнения;

2) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;

3) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;

4) разучивания общеподготовительных упражнений.

31. Приступая к непосредственному разучиванию техники двигательного действия, преподаватель в первую очередь намечает ведущий метод разучивания. Если действие сравнительно несложное по технике, его лучше осваивать:

1)сразу в целостном исполнении (метод целостно-конструктивного упражнения);

2) по частям с последующим объединением отдельных частей в целое (расчлененно-конструктивный метод);

3) в различных игровых ситуациях (игровой метод обучения);

4) в различных соревновательных ситуациях: «кто правильнее», «кто точнее», «кто лучше» и т.п. (соревновательный метод обучения).

32. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также на их дальнейшее совершенствование, называется:

1) методикой обучения;

2) физической культурой;

3) физическим образованием;

4) физическим воспитанием.

33. Двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются:

1) физическими упражнениями;

2) подвижными играми;

3) двигательными умениями;

4) физическим совершенствованием.

33. Упорядоченные способы взаимосвязанной деятельности преподавателя и учащихся, при помощи которых достигается прочное овладение знаниями, умениями и навыками, называются:

1) методами обучения;

2) двигательными действиями;

3) методиками обучения;

4) учением и преподаванием.

34. Совокупность обобщенных положений или система взглядов на понимание сущности, содержания, методики и организации учебного процесса, а также особенностей деятельности обучающихся и обучаемых в ходе его осуществления, называется:

1) Принципами обучения;
2) теорией или концепцией обучения;
3) обучением;
4) профессионально-педагогическим мастерством.

35. В физическом воспитании и спорте проявляется положительный и отрицательный перенос двигательных навыков. Основным условием положительного переноса навыка является:

1) высокий уровень профессионального мастерства учителя физической культуры, преподавателя физического воспитания, Репера по виду спорта;
2) наличие структурного сходства в главных фазах (отдельных звеньях) этих двигательных действий;
3) соблюдение принципа сознательности и активности;
4) учет индивидуальных особенностей занимающихся.

36. Физические качества — это:

1) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
2) врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности;
3) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности;
4) комплекс способностей занимающихся физической культурой и спортом, выраженных в конкретных результатах.

37. Двигательные (физические) способности — это:

1) умения быстро и легко осваивать различные по сложности двигательные действия;
2) физические качества, присущие человеку;
3) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
4) индивидуальные особенности, обеспечивающие целесообразную двигательную деятельность.

38. Основу двигательных способностей человека составляют:

1) психодинамические задатки;
2) физические качества;
3) двигательные умения;
4) двигательные навыки.

39. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются:

1) двигательной реакцией;
2) скоростными способностями;
3) скоростно-силовыми способностями;
4) частотой движений.

40. Какая форма проявления скоростных способностей определяется по так называемому латентному (скрытому) периоду реакции?

1) скорость одиночного движения;
2) частота движений;
3) быстрота двигательной реакции;
4) ускорение.

41. Способность длительно выполнять работу умеренной интенсивности при глобальном функционировании мышечной системы называется:

1) физической работоспособностью;

2) физической подготовленностью;
3) общей выносливостью;
4) тренированностью.

42 .Выноливость по отношению к определенной деятельности называется:

1) Аэробной выносливостью;
2) анаэробной выносливостью;
3) анаэробно-эробной выносливостью;
4) специальной выносливостью.

43. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственной активности соответствующих мышц называется:

1) активной гибкостью;
2) специальной гибкостью;
3) подвижностью в суставах;
4) динамической гибкостью.

44. Под пассивной гибкостью понимают:

1) гибкость, проявляемую в статических позах;
2) способность выполнять движения под воздействием внешних растягивающих сил (усилий партнера, внешнего отягощения, специальных приспособлений и т. п.);
3) способность человека достигать большой амплитуды движений во всех суставах;
4) гибкость, проявляемую под влиянием утомления.

45. Под двигательно-координационными способностями следует понимать:

1) способности выполнять двигательные действия без излишней мышечной напряженности (скованности);
2) способности владеть техникой различных двигательных действий при минимальном контроле со стороны сознания;
3) способности быстро, точно, целесообразно, экономно \ находчиво, т. е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно);
4) способности противостоять физическому утомлению в сложнокоординационных видах деятельности, связанных с выполнением точности движений.

46. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:

1) способы организации учебно-воспитательного процесса каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;
2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;
3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;
4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.

45. ***Выберите из перечисленных ниже основную форму организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе:***

1) урок физической культуры;
2) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня;
3) массовые спортивные и туристские мероприятия;
4) тренировочное занятие в спортивной секции.

46. Учебные планы и программы по физическому воспитанию для общеобразовательных школ разрабатываются:

1) директором школы;
2) зам. директора школы по учебной работе;
3) учителем физической культуры;

4) государственными органами (министерствами, комитетами).

47. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:

1) учебная программа по физическому воспитанию;
2) учебный план;
3) поурочный рабочий (тематический) план;
4) план педагогического контроля и учета.

48. Содержание и формы физкультурных занятий в дошкольных детских учреждениях определяются:

1) общим планом работы по физическому воспитанию, который разрабатывается непосредственно руководителем дошкольного детского учреждения;
2) «Программой воспитания и обучения в детском саду» (раздел «Физическая культура»);
3) исходя из пожеланий родителей детей;
4) воспитателями или инструкторами-методистами по физической культуре, исходя из личного профессионально-педагогического опыта.

49. В раннем и дошкольном возрасте в первую очередь следует обращать внимание на воспитание:

1) скоростных способностей;
2) координационных способностей;
3) силы и силовых способностей;
4) общей выносливости.

50. В дошкольном возрасте в наибольшей степени способствуют формированию умений владеть своим телом, согласованно выполнять различные сложные движения:

1) бессюжетные подвижные игры;
2) упрощенные формы спортивных упражнений;
3) упражнения основной гимнастики;
4) сюжетные подвижные игры.

51. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию:

1) активной и пассивной гибкости;
2) максимальной частоты движений;
3) силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;
4) простой и сложной двигательной реакции.

52. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:

1) физкультурной группой;
2) основной медицинской группой;
3) спортивной группой;
4) здоровой медицинской группой.

54. Физическое воспитание в системе среднего профессионального образования осуществляется на протяжении:

1) первого года обучения;
2) первого и второго годов обучения;
3) второго и третьего годов обучения;
4) всего периода обучения.

55. Главной целью внедрения физической культуры в систем научной организации труда в обществе является:

1) сокращение периода «вхождения» трудящихся в работу;
2) профилактика снижения работоспособности в течение рабочего дня;

3) содействие повышению производительности труда на баз укрепления здоровья и всестороннего гармонического физического развития трудящихся;

4) снижение вероятности появления типичных профессиональных заболеваний и травм у трудящихся.

56. Укажите оптимальное количество занятий физическими упражнениями в неделю в молодом и зрелом возрасте:

1) 1—2 занятия;

2) 3—4 занятия;

3) 5—6 занятий;

4) 7—9 занятий (с двухразовыми занятиями в отдельные дни)

57.В пожилом и старшем возрасте эффективными средствами обеспечивающими профилактику преждевременного старения активное долголетие, являются:

1) физические упражнения;

2) оздоровительные силы природы;

3) гигиенические факторы;

4) физические упражнения, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.

58. Максимальную частоту сердечных сокращений (ЧСС) для людей пожилого и старшего возраста во время занятий физическими упражнениями следует определять по формуле:

1) ЧСС = 220 — возраст (лет);

2) ЧСС = 190 — возраст (лет);

3) ЧСС = исходный пульс в покое + возраст (лет);

4) ЧСС = 90 + возраст (лет).

59. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) представляет собой:

1) педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех систем организма;

2) специализированный вид физического воспитания, осуществляемый в соответствии с требованиями и особенностями данной профессии;

3) тип социальной практики физического воспитания, включающий теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни;

4) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями.

60. ППФП строится на основе и в единстве (в соответствующих отношениях) с:

1) общей физической подготовкой;

2) специальной физической подготовкой;

3) технико-тактической подготовкой;

4) психологической подготовкой.

Критерии оценки теста

Оценка	Описание критериев оценки реферата
«Зачтено»	50% и более правильных ответов
«Незачтено»	Менее 50% правильных ответов

Промежуточная аттестация по дисциплине

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, который включает в себя устные ответы на вопросы по Теории и методике физического воспитания.

Вопросы к зачету по дисциплине «Теория и методика физического воспитания» (3 семестр)

1. Предмет и место общей теории физической культуры в системе научных знаний о физической культуре.
2. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.
3. Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений.
4. Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями – «физическим воспитанием», «спортом», «физической рекреацией», «двигательной реабилитацией», «адаптивной физической культурой» и др.
5. Современные проблемы в разработке структуры и функций физической культуры и методология их определения.
6. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.
7. Система физической культуры в России – понятие о системе физической культуры и ее структуре.
8. Факторы, формы и условия функционирования системы физической культуры в обществе.
9. Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Классификация физических упражнений и ее значение. Характеристика наиболее распространенных классификаций.
10. Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Роль вербальных, сенсорных, материально-технических и других средств в педагогическом процессе.
11. Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности занимающихся в процессе физкультурных занятий. Средства, методы и формы занятий физической культуры в решении задач социальной интеграции лиц с проблемами (дети с девиантным поведением, «трудные подростки»).
12. Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.
13. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д. – по выбору).
14. Концепция о физических качествах и способностях.
15. Классификация физических способностей и качеств, основные закономерности и принципы их развития.
16. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических качеств.
17. Проблема типологии методов развития физических качеств, их специфические особенности.
18. Современные тенденции в теории и методике развития силовых качеств.
19. Современные тенденции в теории и методике развития скоростных качеств.

20. Современные тенденции в теории и методике развития координационных способностей.
21. Современные тенденции в теории и методике развития выносливости.
22. Современные тенденции в теории и методике развития гибкости.
23. Современные тенденции в теории и методике формирования осанки и совершенствования свойств телосложения.
24. Проблема «сенситивных» периодов онтогенетического развития физических качеств.
25. Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Система целей и задач обучения в различных видовых компонентах физической культуры.
26. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности.
27. Современные представления о сущности двигательных умений и навыков, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков.
28. Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.
29. Характеристика некоторых теорий и концепций формирования двигательных навыков.
30. Перенос двигательных навыков, его виды и разновидности.
31. Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.
32. Причины возникновения ошибок в процессе разучивания движений. Классификация двигательных ошибок. Пути их предупреждения и устранения.
33. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристики его этапов – цель, задачи и особенности, методики обучения на каждом этапе.
34. Техника физических упражнений – основа, главное звено и детали техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Критерии эффективности техники. Проблема классификации техники движений.
35. Исходные понятия: «метод», «методический прием», «методика», «методическое направление», «методический подход». Проблема классификации методов в теории физической культуры.
36. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Цель, задачи, средства, особенности методики и формы занятий физическими упражнениями в дошкольных учреждениях и в семье.
37. Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста. Цель, задачи, направленность и формы занятий в системе физической культуры детей школьного возраста.
38. Содержание и особенности преподавания предмета «физическая культура» в школе.
39. Содержание и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней (полной) школе. Проблемы разработки авторских программ по предмету «физическая культура».
40. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию школьников.
41. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов.
42. Содержание и методика занятий со студентами основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования.
43. Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования в условиях его реформирования.

44. Физическое воспитание людей молодого и зрелого возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности.
45. Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи, особенности методики и формы занятий.
46. Профессионально-прикладная физическая культура, ее виды и разновидности.
47. Задачи, средства и основные черты методики занятий в профессионально-прикладной физической культуре.
48. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры.
49. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий. Основные направления в оздоровительной физической культуре.
50. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок.
51. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре. Принципы повышения физических нагрузок.
52. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.
53. Тенденции в развитии оздоровительной физической культуры в различных странах.
54. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.
55. Психологическая структура педагогической деятельности специалиста по физической культуре.

Критерии оценок знаний аспирантов

Объем материала изучаемого в курсе «Теория и методика физического воспитания», а так же его практическая направленность обосновывают необходимость определить требования, предъявляемые на зачете.

Критерии, по которым комплексно оценивается работа аспирантов в процессе изучения спецкурса и ответа на зачете:

- полнота и глубина изучения и представления основных вопросов и проблем;
- выполнение заданий по самостоятельной работе аспирантов;
- содержательность (верное, четкое и достаточно полное изложение идей, понятий, фактов и т. д.);
- логика и аргументированность изложения;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение использовать профессиональную лексику и терминологию;
- понятийный аппарат;
- культура речи

На зачете оценивается как содержание, так и форма изложения ответа.

Оценка "зачтено" ставится, если аспирант в полном объёме ответил на поставленные вопросы.

Зачет принимает преподаватель, ведущий лекционные занятия по данной дисциплине. Зачет проводится в объеме рабочей программы по билетам. При проведении зачета в каждый билет включаются два теоретических вопроса. Билетов должно быть на 20% больше числа аспирантов в учебной группе. Предварительное ознакомление аспирантов с билетами не разрешается. Кроме указанных в билете вопросов преподаватель имеет право задавать дополнительные вопросы с целью уточнения объема знаний аспирантов и оценки качества усвоения теоретического материала и практических навыков и умений.

7. Методические указания для аспирантов по освоению дисциплины

Успешное изучение дисциплины требует от аспирантов посещения лекций, активной работы на практических (лабораторных/семинарских) занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись **лекции** – одна из форм активной самостоятельной работы аспирантов, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удается осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу аспирантов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практическим (лабораторным/семинарским) занятиям.

При подготовке к практическим (лабораторным/семинарским) занятиям аспирант должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, аспиранту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит аспирантов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задания. В течение отведенного времени на выполнение работы аспирант может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных заданий, собеседование с аспирантом.

Результаты выполнения практических зданий оцениваются преподавателем и фиксируются в журнале.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература

1. Матвеев, Лев Павлович. Теория и методика физической культуры [Текст] : введение в предмет : учеб. для высш. спец. физ. учеб. заведений. - 4-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань : Омега-Л, 2004. - 158,[1] с. - (Учебники для вузов. Специальная литература). - ISBN 5-8114-0483-2 : 60.00. 49 экз.
2. Менхин, Ю.В. Физическое воспитание : теория, методика, практика [Текст] : учеб. пособие для вузов / Ю.В. Менхин. - М. : СпортАкадемПрессс ; : Физкультура и спорт, 2006. - 310,[1] с. : ил. - Список лит. : с. 294-309. - ISBN 5-813-40151-2 : 340.50. 10 экз.
3. Суник, А.Б. Очерки отечественной историографии истории физической культуры и спорта / А.Б. Суник. - Москва : Советский спорт, 2010. - 614 с. - ISBN 978-5-9718-0426-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210497 (05.03.2018).
4. Теория и методика физической культуры: учеб. для вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [2-е изд., испр.]. - Москва: Советский спорт, 2004. - 463 с. 47 экз.
5. Фискалов, В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие / В.Д. Фискалов; В.П. Черкашин. - Москва : Спорт, 2016. - 352 с. - ISBN 978-5-906839-21-3. URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239

Дополнительная литература

1. Бальсевич, В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. - Москва : Советский спорт, 2009. - 220 с. - ISBN 978-5-9718-0311-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210354 (05.03.2018).
2. Бернштейн, Н.А. Биомеханика и физиология движений [Текст] : избранные психологические труды / Н.А. Бернштейн ; РАН, Моск. псих.-социал. ин-т; под. ред. В. П. Зинченко. - М. : МПСИ; Воронеж : МОДЭК, 2004. - 687 с. - (Психологи России). - Список лит.: с. 666. - ISBN 5-89502-506-4 : 175.00. 5 экз.
3. Визитей, Н.Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений. Философские очерки / Н.Н. Визитей. - Москва : Советский спорт, 2009. - 184 с. - (Спорт без границ). - ISBN 978-5-9718-0353-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210516 (06.03.2018).
4. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация : монография / В.Б. Иссурин ; пер. с англ. И.В. Шаробайко. - Москва : Спорт, 2017. - 239 с. : табл. - ISBN 978-5-906839-83-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471214 (05.03.2018).
5. Назаренко, Людмила Дмитриевна. Физиология физических упражнений [Текст] : [учебное пособие]. - Ульяновск : ФГБОУ ВО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2017. - 261 с. : ил. - Список лит. в конце глав. - ISBN 5-86045-220-9 : 200.00. 53 экз.
6. Тимошина И.Н. Организация процесса физического воспитания учащихся специальных медицинских групп: учебно-методическое пособие. Ульяновск: УлГПУ, 2011. 102 с. 25 экз.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы, базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. http//www.stratum.pstu.ac.ru – Электронная библиотека
2. http//www.rba.ru – Российская библиотека
3. http//www.194.226.30.32/book.htm – Фондовая библиотека президента России
4. http//www.limin.urc.ac.ru – Виртуальная библиотека
5. http//www.knigafund.ru – Электронная библиотечная система «Книга-Фонд»
6. http//www.polpred.com – Интернет-сервисы
7. http://www.nlr.ru
8. http://library.ru
9. http://lib.sportedu.ru
10. http://www.trainer.h1.ru
11. http://festival.1september.ru
12. http://lesgaft.spb.ru
13. http://www.libinfo.vspu.ac.ru
14. www.teoriya.ru - Теория и практика физической культуры
15. www.shkola-press.ru - Физическая культура в школе
16. www.fismag.ru - Физкультура и спорт

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Образовательный процесс обеспечивается достаточным аудиторным фондом, оснащенным необходимым учебным оборудованием.

Для поведения лекционных занятий могут быть использованы лекционные аудитории; специализированные лекционные аудитории (оснащенные аудивизуальными и мультимедийными средствами). Для проведения практических занятий, а также

промежуточного и итогового контроля используются малые аудитории, специализированные малые аудитории (методический кабинет, технически оснащенные аудитории), компьютерные классы.

Образовательный процесс обеспечивается достаточной информационно-библиографической базой, современными техническими средствами, информационными и коммуникационными технологиями.

В процессе проведения учебных занятий могут быть использованы мультимедийные технологии, аудиоаппаратура, видеоаппаратура, телеаппаратура.

Для подготовки к учебным занятиям используются университетский библиотечный фонд, кафедральная библиотека специализированных словарей, современные информационные и коммуникационные технологии (Интернет), при необходимости кафедральная аудио- и видеотека, видеокамера, фотоаппаратура, компьютерная и копировальная техника.