Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

1. Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Учебно-  методического управления  к.п.н. А.С. Солнцева  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» августа 2020 г. | УТВЕРЖДАЮ  Председатель УМК  проректор по учебной работе  к.п.н., профессор А.Н Таланцев  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «20» августа 2020 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**Б1.О.06**

**Направление подготовки**

49.03.04 Спорт

**ОПОП:** «Спортивная подготовка по виду спорта, тренерско-преподавательская деятельность в образовании.»

**Квалификация:**

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

**Форма обучения:**

**очная**

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Декан факультета дневной формы обучения, к.п.н., доцент  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лепешкина С.В.  «20» августа 2020 г. | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры, протокол № \_\_\_\_  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.  Зав.кафедрой, д.п.н., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дунаев К.С. |

**Малаховка, 2020**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 25 сентября 2019 г., № 886 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 октября 2019 г., регистрационный номер № 56284), с изменениями, утвержденными приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 681 от 25 мая 2020 г.

**Составитель рабочей программы:**

Шнайдер В.Х., к.п.н., профессор,

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рецензенты:**

Левин В.С., кпн, профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Портнов А.В., кпн, профессор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **1. Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

**УК-7** – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формируемые компетенции | Знания/Умения  Навыки | Индикаторы достижения |
| **УК-7**  Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | **Знания:**  социальной значимости физической культуры для общества; основных средств и методов физической культуры и спорта; классификаций, видов и форм физкультурно-спортивной деятельности; форм построения занятий физическими упражнениями; основ здорового образажизни; правил техники безопасности при проведении занятий физическими упражнениями в том числе: с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; различных возрастных групп в сфере образования и производственной деятельности | **Знает:**  значение физической культуры как фактора человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; терминологию, основные понятия и определения физической культуры и спорта; показатели физического развития и совершенства человека; влияние занятий физической культурой на уровень подготовленности работников к профессиональной деятельности; условия и правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту |
| **Умения:**  изучать и систематизировать информацию в области методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;  готовить учебно-методическое сопровождение по изучаемым разделам и темам дисциплины; | **Понимает:**  роль государства в развитии физической культуры и спорта; мотивы и стимулы, способствующие занятиям физической культурой и спортом; особенности занятий физической культурой и спортом в детском и юношеском спорте; социальные функции спорта, его место в системе общественных явлений и отношений; |
| **Навыки и/или опыт деятельности:**  Подготовки и проведения теоретических занятий и бесед о пользе и значении физической культуры и спорта, о важности физической подготовки и использовании средств физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | **Планирует:**  использоватьзнания, умения и навыки, полученные в ходе изучения дисциплины «физическая культура и спорт» для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

1. **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 1 семестре по очной форме обучения, в 1 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ЗАЧЕТ

1. **3. Объем дисциплины и виды учебной работы**
2. ***очная форма обучения***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр |
| 1 |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | | **36** | **36** |
| В том числе: | |  |  |
| Лекции | | 18 | 18 |
| Семинары | | 18 | 18 |
| Промежуточная аттестация | | зачет | + |
| **Самостоятельная работа студента** | | **36** | **36** |
| **Общая трудоемкость** | **часы** | **72** | **72** |
| **зачетные единицы** | **2** | **2** |

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Краткое содержание раздела | Всего часов |
|
| 1 | Сущность, содержание и истоки формирования ФК и С. Основные понятия и определения | Сущность физической культуры и спорта, природная и социальная обусловленность возникновения и развития. Физическая культура и спорт как социальный феномен в общественной жизни. Возникновение и истоки развития физической культуры и спорта. Современное состояние, некоторые проблемы, тенденции и условия функционирования в обществе | 4 |
| 2 | Система физического воспитания и ее основы | Мировоззренческие, теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы физического воспитания. Цели и задачи физического воспитания. Конкретизация задач по профилирующим аспектам. Общие и социально-педагогические принципы системы физического воспитания. Физическая культура - как педагогическая система, ее элементы, структура и основные функции. | 4 |
| 3 | Сущность, структура и функции профессиональной деятельности в сфере ФКиС | Вводная характеристика форм и функций физической культуры и спорта. Место и интегрирующая роль в цикле гуманитарных, социально-экономических и естественно-научных, общепрофессиональных и социальных дисциплин. Определяющие черты в системе высшего профессионального образования. Задачи и взаимообусловленность функций и компонентов физической культуры и спорта. | 4 |
| 4 | Физическая культура и спорт как процесс и результат деятельности. Разновидности и основные направления ФСД | Понятия, определяющие черты и особенности физкультурно-спортивной деятельности. Основные причины, побуждающие к активным занятиям физической культурой и спортом. Понятие потребности как предпосылки формирования мотивации. Мотивация, ее роль и общая схема формирования доминирующих мотивов с учетом направленности физкультурно-спортивной деятельности. Предмет и целевая направленность физкультурно-спортивной деятельности. Структура мотивов, их характеристика и динамика в зависимости от вида деятельности. Общие и специфические принципы, определяющие успешность физкультурно-спортивной деятельности. Представление о средствах, методах и формах организации физкультурно-спортивной деятельности. | 6 |
| 5 | Структура и содержание различных видов ФСД | Виды, многообразие и разновидности физкультурно-спортивной деятельности. Основные направления, содержание, цели и задачи физкультурно-спортивной деятельности. Основные средства, принципы организации физкультурно-спортивной деятельности. Мотивы, цель и задачи физкультурно-спортивной деятельности детей младшего, среднего и старшего возраста, студенческой молодежи. Физкультурно-спортивная деятельность и воспитание личности. Единство и взаимообусловленность физического, нравственного, умственного и эстетического воспитания. Формы взаимоотношений и регулирования их в процессе физкультурно-спортивной деятельности. | 6 |
| 6 | Общая характеристика направлений, направленностей и квалификационных уровней. Объекты и виды профессиональной деятельности | Общие и специфические задачи. Единство психического и физического развития. Взаимообусловленность физического, нравственного и эстетического воспитания. Основные направления и содержание видов профессиональной деятельности. Характеристика педагогической и тренерской деятельности в образовательно-воспитательных учреждениях, в организациях и предприятиях. Особенности методической и управленческой деятельности в сфере физической культуры и спорта. Характерные черты и направленность работы специалиста в физкультурно-оздоровительных, спортивных, туристических, лечебных, профилактических, реабилитационных и других учреждениях, организациях и фирмах. | 4 |
| 7 | Организация ФКиС в образовательных организациях | Общая характеристика физической культуры как учебного предмета в образовательных учреждениях. Формы и уровни организации физкультурного образования учащихся. Структура управления физкультурным образованием в школе. Учитель и его роль в физическом воспитании учащихся. Внеклассная и внеучебные формы физкультурного образования учащихся. Физическое воспитание студенческой молодежи. Значение и задачи физического воспитания студентов. Методические основы физического воспитания в вузе.. Особенности занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Формы организации физического воспитания студентов. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Профессионально-прикладная подготовка студентов | 6 |
| 8 | Сущность спорта, его социальная значимость и условия функционирования в обществе | Вводные определения, истоки и определяющие черты спорта и спортивной деятельности. Биологические, социальные и культурологические предпосылки развития и функционирования в обществе. Истоки спортивной деятельности. Основные факторы, регламентирующие спортивную деятельность. Значение спортивных достижений, их личностная и общекультурная роль. Тенденция развития спортивных достижений. Многообразие видов спортивной деятельности, их систематизационная и классификационная характеристика. Социальные функции спорта, его место в системе общественных явлений и отношений. Спорт как неотъемлемая часть культуры общества, как фактор разностороннего развития индивидуальности. Место спорта в системе воспитания личности. Общая характеристика функций спорта: специфическая, соревновательно-эталонная, эвристическо-достиженческая, информационно-прогностическая, оздоровительно-рекреационная, коммуникативная, гуманистическая, экономическая, идеологическая. Формы культивирования спорта. Многообразие видов спорта, их общность, специфичность и характерные особенности. Проблемы и негативные тенденции профессионализации современного спорта | 6 |
| 9 | Система спортивных соревнований и особенности соревновательной деятельности | Определение основных понятий. Истоки спортивной деятельности. Смысл спортивных достижений. Классификация видов спорта. Соревнование как основа специфики спорта. Мотивы соревновательной деятельности. Смысл и тенденция роста спортивных достижений. Определение результата в соревнованиях. Условия, влияющие на соревновательную деятельность спортсменов. Структура соревновательной деятельности. Рефлексивность соревновательной деятельности. Стратегия, тактика и техника соревновательной деятельности. Разновидности и структура спортивных соревнований. Место спортивных соревнований в системе многолетней подготовки спортсмена. Спортивные достижения и проблемы их оценки. Прогнозирование спортивных достижений и рекордов | 4 |
| 10 | Основы здорового образа жизни ФКиС в обеспечении здоровья | Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие. Взаимосвязь общей культуры человека и его образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни. Антидопинговое образование | 6 |
| 11 | Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях физическими упражнениями | Классификация чрезвычайных происшествий и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом: природные факторы, техногенные факторы, человеческий фактор. Правовая оценка и ответственность администрации, руководителей и тренерско-преподавательского состава. Ответственность самих занимающихся. Профилактика и предупреждение травматизма и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом. | 4 |
| 12 | Физическая рекреация и реабилитация в системе физического воспитания | Определение, формы и методы физической рекреации. Оздоровительные системы, их место в общей системе физического воспитания. Педагогические и социальные функции физической рекреации, их обусловленность и взаимосвязь. Организация занятий физическими упражнениями в условиях быта и семьи, в условиях учебной и трудовой деятельности, в условиях досуга и активного отдыха. Понятие «реабилитация», средства и методы двигательной реабилитации. Функции физической реабилитации. Физическая реабилитация как лечебно- педагогический процесс. Место и роль физической реабилитации в физической культуре и спорте. Лечебное применение физических упражнений. | 6 |
| 13 | Современные проблемы и состояние ФК и спорта в России и за рубежом | Общемировые тенденции в сфере физическая культура и спорт. Показатели состояния физической культуры и спорта, их характеристика в современных условиях. Роль государства в развитии физической культуры и спорта. Федеральные целевые программы по ФК и спорту. Современная концепция дальнейшего развития ФК и спорта в России. Коммерциализация физической культуры и спорта, профессиональный спорт, допинг. | 4 |
| 14 | Роль мотивации при занятиях ФК и спортом | Определение мотивов, их классификация. Развитие и смена мотиваций, особенности формирования в зависимости от возраста и вида деятельности. Мотивация к физкультурно - спортивной деятельности, к высоким спортивным результатам, стремлению к здоровому образу жизни. Мотивационные потребности школьников, студентов, специалистов по физической культуре и спорту. | 4 |
| 15 | Особенности спортивной деятельности детей, подростков и юношей | Возрастная периодизация детей. Типичные возрастные особенности. Формы занятий физическими упражнениями. Особенности развития физических способностей. Воспитание и развитие личности. Ребенок и спорт. | 4 |
|  | **ИТОГО:** | | **72** |

**5. Разделы дисциплины и виды занятий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Виды учебной работы | | | Всего  часов |
| Л | СЗ | СРС |
| 1. | Сущность, содержание и истоки формирования ФК и С. Основные понятия и определения | 2 | - | 2 | 4 |
| 2. | Система физического воспитания и ее основы | - | 2 | 2 | 4 |
| 3 | Сущность, структура и функции профессиональной деятельности в сфере ФКиС | - | 2 | 2 | 4 |
| 4 | Физическая культура и спорт как процесс и результат деятельности. Разновидности и основные направления ФСД | 2 | - | 4 | 6 |
| 5 | Структура и содержание различных видов ФСД | - | 2 | 4 | 6 |
| 6 | Общая характеристика направлений, направленностей и квалификационных уровней. Объекты и виды профессиональной деятельности | 2 | - | 2 | 4 |
| 7 | Организация ФКиС в образовательных организациях | - | 2 | 4 | 6 |
| 8 | Сущность спорта, его социальная значимость и условия функционирования в обществе | 2 | - | 4 | 6 |
| 9 | Система спортивных соревнований и особенности соревновательной деятельности | - | 2 | 2 | 4 |
| 10 | Основы здорового образа жизни ФКиС в обеспечении здоровья | 2 | - | 4 | 6 |
| 11 | Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях физическими упражнениями | 2 | - | 2 | 4 |
| 12 | Физическая рекреация и реабилитация в системе физического воспитания | - | 2 | 4 | 6 |
| 13 | Современные проблемы и состояние ФК и спорта в России и за рубежом | 2 | - | 2 | 4 |
| 14 | Роль мотивации при занятиях ФК и спортом | - | 2 | 2 | 4 |
| 15 | Особенности спортивной деятельности детей, подростков и юношей | - | 2 | 2 | 4 |
|  | **ИТОГО:** | **18** | **18** | **36** | **72** |

**6. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

**6.1. Основная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование источника | Кол-во экземпляров | |
| библиотека | кафедра |
| 1. | Гришина Ю. И.    Общая физическая подготовка. Знать и уметь : учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Изд. 4-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - 248 с. : ил. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 244-245. - ISBN 978-5-222-21447-3 | 30 | - |
| 2. | Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 10-е изд. - М. : Академия, 2012. - 478 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 472-473. - ISBN 978-5-7695-8798-6 : 457.00. | 120 | - |
| 5. | Менхин Ю. В. Физическое воспитание: теория, методика, практика : учебное пособие для ИФК / Ю. В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : СпортАкадемПресс: Физкультура и спорт, 2006. - 310 с. : ил. - Библиогр.: с. 294 - 309. - ISBN 5-813-40151-2 : 141.30. | 198 | - |
| 6. | Максименко А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - М. : Физическая культура, 2005. - 533 с. - ISBN 5-9746-0029-0 : 145.00. | 150 | - |
| 7. | Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., стереотип. - М. : Советский спорт, 2007. - 463 с. : ил. - Библиогр.: с. 450-456. - ISBN 5-85009-888-7 : 611.57. - ISBN 978-5-9718-0192-4 : 611.57. | 51 | - |
| 8. | Солнцева, А. С. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для студентов вузов физической культуры / А. С. Солнцева, В. Х. Шнайдер ; МГАФК. - Малаховка, 2018. - Библиогр.: с. 100-102. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 9. | Николаев, Ю. М. Теория физической культуры: современные подходы : учебно-методическое пособие / Ю. М. Николаев ; НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2010. - Библиогр.: с. 117-118. - ISBN 978-5-91021-002-Х. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 10. | Выдрин, В. М. Деятельность специалистов в сфере физической культуры : учебное пособие / В. М. Выдрин ; СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 1997. - 74 с. - Библиогр.: с. 73. - ISBN 5-7065-0393-1. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 13. | Губина, Е. М. Организация физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / Е. М. Губина ; ВГАФК. - Волгоград, 2010. - Библиогр.: с. 149. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 14. | Взаимодействие в системе профессиональной деятельности специалистов физической культуры : учебное пособие для студентов вузов / В. Г. Федоров, Г. Н. Пономарев, А. И. Крылов, А. В. Федоров ; НГУ им. П. Ф. Лесгафта; РГПУ им. А. И. Герцена. - Санкт-Петербург, 2009. - Библиогр.: с. 133-143. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 15. | Выдрин, В. М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культур : учебное пособие / В. М. Выдрин ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2001. - Библиогр.: с. 85-89. - ISBN 5-7065-0393-1. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 17. | Фискалов, В. Д. Теоретические основы и организация подготовки спортсменов : учебное пособие / В. Д. Фискалов ; ВГАФК. - Волгоград, 2010. - ил. - Библиогр.: в конце каждой главы. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 18. | Сираковская, Я. В. Основы теории и методики физической культуры : учебное пособие ... для бакалавриата / Я. В. Сираковская, Ф. А. Киселёв ; МГАФК. - Малаховка, 2017. - Библиогр.: с. 289-295. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 19. | Зулаев И. И. Физическая культура и спорт различных возрастных контингентов населения : учебная программа / И. И. Зулаев, С. В. Лепешкина, М. В. Абульханова ; МГАФК. - Малаховка, 2006. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 20. | Виноградов, П. А. Основы физической культуры : учебное пособие. Ч. 3. Валеология / П. А. Виноградов, В. И. Жолдак, В. Г. Камалетдинов ; МГАФК, УралГАФК. - Челябинск, 1997. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 21. | Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 4-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2019. — 200 c. — ISBN 978-5-907225-01-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/88525.html](http://www.iprbookshop.ru/88525.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 22. | Высшее образование в области физической культуры и спорта в мировой практике: оценка подготовленности : учебное пособие / М. Ю. Щенникова, А. Н. Яковлюк, С. В. Катаева, С. М. Сухарева ; НГУ им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2018. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 23. | Теория, методика и практика физического воспитания : учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч. Т. Иванков, А. В. Сафошин, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 c. — ISBN 978-5-4263-0177-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/70024.html](http://www.iprbookshop.ru/70024.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 24. | Лысова, И. А. Физическая культура : учебное пособие / И. А. Лысова. — Москва : Московский гуманитарный университет, 2011. — 161 c. — ISBN 978-5-98079-753-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/8625.html](http://www.iprbookshop.ru/8625.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 25. | Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 c. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/11049.html](http://www.iprbookshop.ru/11049.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 26. | Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 c. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/85832.html](http://www.iprbookshop.ru/85832.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 27. | Быченков, С. В. Теория и организация физической культуры в вузах : учебно-методическое пособие / С. В. Быченков, А. В. Курбатов, А. А. Сафонов. — Саратов : Вузовское образование, 2018. — 242 c. — ISBN 978-5-4487-0110-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/70999.html](http://www.iprbookshop.ru/70999.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 28. | Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. — Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2012. — 118 c. — ISBN 978-5-9275-0896-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/47180.html](http://www.iprbookshop.ru/47180.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование источника | Кол-во экземпляров | |
| библиотека | кафедра |
| 1. | Матвеев Л. П.    Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : учебник для институтов физической культуры / Л. П. Матвеев. - М. : Физкультура и спорт, 1991. - 544 с. : ил. - ISBN 5-278-00326-Х : 20.00. | 664 | - |
| 2. | Холодов Ж. К.    Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ACADEMIA, 2001. - 480 с. : ил. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 472-473. - ISBN 5-7695-0853-1 : 81.18. - 105.00. | 139 | - |
| 3. | Менхин Ю. В.    Физическое воспитание: теория, методика, практика : учебное пособие для ИФК / Ю. В. Менхин. - М. : СпортАкадемПресс, 2003. - 322 с. - ISBN 5-8134-0129-6 : 120.00. | 194 | - |
| 4. | Холодов Ж. К.    Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стереотип. - М. : ACADEMIA, 2004. - 478 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с.472-473. - ISBN 5-7695-2099-Х : 310.84. | 74 | - |
| 5. | Железняк Ю. Д.    Теория и методика обучения предмету "физическая культура" : учебное пособие для студентов вузов / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. - М. : Академия, 2004. - 268 с. : ил. - ISBN 5-7695-1525-2 : 165.76. | 10 | - |
| 6. | Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М. : Советский спорт, 2004. - 463 с. : ил. - ISBN 5-85009-888-7 : 275.52. | 175 | - |
| 7. | Введение в теорию физической культуры : учебное пособие для ИФК / под ред. Л. П. Матвеева. - М. : Физкультура и спорт , 1983. - 128 с. : ил. - 0.35. | 901 | - |
| 8. | Теория и методика физического воспитания : учебник для институтов физической культуры. Т. 2 : Специализированные направления и особенности основных возрастных звеньев системы физического воспитания / под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Физкультура и спорт, 1976. - 256 с. : ил. - 0.82. | 811 | - |
| 9. | Тихомиров А. К.    Управление подготовкой в спорте : монография / А. К. Тихомиров ; МГАФК. - Малаховка, 2010. - 229 с. : ил. - Библиогр.: с. 220-227. - ISBN 978-5-212-01184-5 : 247.37. | 43 | - |
| 10. | Чермит К. Д.    Теория и методика физической культуры: Опорные схемы : учебное пособие / К. Д. Чермит. - М. : Советский спорт, 2005. - 270 с. : ил. - Библиогр.: с. 265-268. - ISBN 5-85009-935-2 : 226.08. | 5 | - |
| 11. | Мурзинова Р. М. Воспитание как составляющая деятельности спортивного педагога : учебное пособие / Р. М. Мурзинова, В. В. Воропаев. - М. : КНОРУС, 2011. - 93 с. - Библиогр.: с. 93-94. - ISBN 978-5-406-00671-9 : 385.00. | 6 | - |
| 12. | Об образовании в Российской Федерации. - М. : Проспект, 2013. - 159 с. - ISBN 978-5-392-13060-3 : 57.18. | 5 | - |
| 13. | Железняк Ю. Д. Теория и методика обучения предмету "Физическая культура" : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. - 3-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2008. - 268 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 265. - ISBN 978-5-7695-4787-4 : 264.00. | 5 | - |
| 14. | Социально-биологические основы физической культуры : контрольные тесты и контрольные задания к методическому пособию / сост. А. Л. Димова, Р. В. Чернышова. - Москва, [б. г.]. - 1 CD. - 1050.20. - Электронная программа (визуальная). Электронные данные : электронные. | 1 | - |
| 15. | Плешакова, О. И. Курс лекций по предмету "Физическая культура" : учебно-методическое пособие / О. И. Плешакова ; ВГАФК. - Волгоград, 2012. - Библиогр.: с. 85. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 16. | Николаев, Ю. М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты : учебное пособие / Ю. М. Николаев ; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2000. - Библиогр.: с. 73-79. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — [URL: http://lib.mgafk.ru](URL:%20http://lib.mgafk.ru%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 17. | Мельникова, Ю. А. Основы прикладной физической культуры : учебное пособие / Ю. А. Мельникова, Л. Б. Спиридонова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003. — 68 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/64995.html](http://www.iprbookshop.ru/64995.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 18. | Рубин, В. С. Разделы теории и методики физической культуры : учебное пособие / В. С. Рубин. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 104 с. — ISBN 978-5-8114-4976-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: [https://e.lanbook.com/book/136171](https://e.lanbook.com/book/136171%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | 1 | - |
| 19. | Теория, методика и практика физического воспитания : учебное пособие для студентов высших и средних образовательных учреждений физической культуры и спорта / Ч. Т. Иванков, А. В. Сафошин, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2014. — 392 c. — ISBN 978-5-4263-0177-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/70024.html> (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 20. | Сахарова, Е. В. Физическая культура : учебное пособие / Е. В. Сахарова, Р. А. Дерина, О. И. Харитонова. — Волгоград, Саратов : Волгоградский институт бизнеса, 2013. — 95 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/11361.html](http://www.iprbookshop.ru/11361.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 21. | Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Саратов : Вузовское образование, 2016. — 270 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/49867.html](http://www.iprbookshop.ru/49867.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 22. | Ветков, Н. Е. Курс лекций по физической культуре : учебное пособие для вузов / Н. Е. Ветков. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2015. — 306 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/61053.html](http://www.iprbookshop.ru/61053.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 23. | Князев, В. М. Физическая культура в высших учебных заведениях России / В. М. Князев, С. С. Прокопчук. — Санкт-Петербург : Университет ИТМО, 2013. — 169 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/68724.html](http://www.iprbookshop.ru/68724.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 24. | Шулятьев, В. М. Физическая культура : учебное пособие / В. М. Шулятьев. — Москва : Российский университет дружбы народов, 2009. — 280 c. — ISBN 978-5-209-03051-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/11556.html](http://www.iprbookshop.ru/11556.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 25. | Шулятьев, В. М. Физическая культура студента : учебное пособие / В. М. Шулятьев, В. С. Побыванец. — Москва : Российский университет дружбы народов, 2012. — 288 c. — ISBN 978-5-209-04347-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/22227.html](http://www.iprbookshop.ru/22227.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 26. | Луценко, С. А. Теория и методика физической культуры : методические рекомендации по изучению дисциплины / С. А. Луценко. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2006. — 53 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/29997.html](http://www.iprbookshop.ru/29997.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |
| 27. | Ахметов, А. М. Методическое руководство по организации курса физической культуры со студентами с ослабленным здоровьем : учебно-методическое пособие / А. М. Ахметов. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014. — 91 c. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/29879.html](http://www.iprbookshop.ru/29879.html%20) (дата обращения: 20.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей | 1 | - |

**7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы. Современные профессиональные базы данных:**

1. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" <https://Lanbook.com>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://rucont.ru/>
7. Министерство образования и науки Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**8.1.Аудитории**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Перечень специализированных аудиторий, кабинетов | Вид занятий | Наименование оборудования, программного обеспечения |
| Библиотека МГАФК | Самостоятельная работа студентов | Книжный фонд библиотеки; электронные библиотечные ресурсы |
| Лекционные аудитории № 1, № 2 | Лекции | Ноутбук, проектор |
| Аудитория № 423 | Семинары | Ноутбук, проектор |

**8.2 Программное обеспечение:**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии, организованы занятия на 1 этаже главного здания. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

**9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Цель методических рекомендаций - обеспечить студенту оптимальную организацию процесса изучения дисциплины, а также выполнения различных форм самостоятельной работы.

Методические рекомендации по изучению дисциплины

Студентам необходимо ознакомиться: с содержанием рабочей программы дисциплины (далее - РПД), с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимся на образовательном портале и сайте академии, с графиком консультаций преподавателей кафедры.

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям (теоретический курс)

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Именно поэтому контроль над систематической работой студентов всегда находится в центре внимания кафедры.

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или сайте академии (тексты, таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

# Рекомендации по подготовке к практическим (семинарским) занятиям

Студентам следует:

* приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
* до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
* при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, но и учебную литературу;
* в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;

- в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;

* на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

# Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;

- при подготовке к зачету параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

# Методические рекомендации по подготовке реферата или письменной работы

Одной из форм самостоятельной работы студента является подготовка реферата или письменной работы для обсуждения их на практическом (семинарском) занятии.

Цель подготовки реферата или письменной работы - развитие у студентов навыков аналитической работы с научной и методической литературой, анализа дискуссионных позиций, аргументации собственных взглядов. Подготовка научных докладов также развивает творческий потенциал студентов.

Реферат или письменная работа готовятся под руководством преподавателя

Рекомендации студенту:

- перед началом работы по написанию реферата или письменной работы согласовать с преподавателем тему, структуру, литературу, а также обсудить ключевые вопросы, которые следует раскрыть;

- представить работу преподавателю в письменной форме;

- выступить на семинарском занятии с 10-минутной презентацией своего научного доклада, ответить на вопросы студентов группы.

**Методические рекомендации по работе с литературой**

Любая форма самостоятельной работы студента (подготовка к семинарскому занятию, написание реферата, письменной работы, доклада и т.п.) начинается с изучения соответствующей литературы как в библиотеке, так и в интернет ресурсах.

К каждой теме учебной дисциплины подобрана основная и дополнительная литература:

- Основная литература - это учебники и учебные пособия.

- Дополнительная литература - это монографии, сборники научных трудов, журнальные и газетные статьи, различные справочники, энциклопедии, интернет ресурсы.

Рекомендации студенту:

- выбранную монографию или статью целесообразно внимательно просмотреть. В книгах следует ознакомиться с оглавлением и научно- справочным аппаратом, прочитать аннотацию и предисловие. Целесообразно ее пролистать, рассмотреть иллюстрации, таблицы, диаграммы, приложения. Такое поверхностное ознакомление позволит узнать, какие главы следует читать внимательно, а какие прочитать быстро;

- в книге или журнале, принадлежащие самому студенту, ключевые позиции можно выделять маркером или делать пометки на полях. При работе с Интернет -источником целесообразно также выделять важную информацию;

- если книга или журнал не являются собственностью студента, то целесообразно записывать номера страниц, которые привлекли внимание. Позже следует возвратиться к ним, перечитать или переписать нужную информацию. Физическое действие по записыванию помогает прочно заложить данную информацию в «банк памяти».

Выделяются следующие виды записей при работе с литературой:

**Конспект** - краткая схематическая запись основного содержания научной работы. Целью является не переписывание произведения, а выявление его логики, системы доказательств, основных выводов. Хороший конспект должен сочетать полноту изложения с краткостью.

**Цитата** - точное воспроизведение текста. Заключается в кавычки. Точно указывается страница источника.

**Тезисы** - концентрированное изложение основных положений прочитанного материала.

**Аннотация** - очень краткое изложение содержания прочитанной работы.

**Резюме** - наиболее общие выводы и положения работы, ее концептуальные итоги.

Записи в той или иной форме не только способствуют пониманию и усвоению изучаемого материала, но и помогают вырабатывать навыки ясного изложения в письменной форме тех или иных теоретических вопросов