

**Частная образовательная организация  
высшего образования  
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(ЧОО ВО СПИ)**

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе  
дисциплины **«Теория и методика физической культуры и спорта»**

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – **Б1.В.ОД.7**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль **«Физическая культура»**

**Год начала подготовки по УП- 2014**

**Дербент 2018**

## **Цель курса:**

обеспечение глубокого теоретического осмысления основ физического воспитания и формирование умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.

## **Задачи курса:**

- изучить теоретические положения физкультурно-спортивной деятельности;
- изучить понятийный аппарат теории и методики физического воспитания и спорта;
- освоить средства и методы физического воспитания и спорта;
- изучить организационные формы физического воспитания и спорта;
- создать представление об интегрирующей роли дисциплины теории и методики физического воспитания и спорта в системе дисциплин предметной подготовки;
- научить применять на практике знания теории и методики обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний.

Бакалавр по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование** готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- педагогическая;
- культурно-просветительская;

## **Место дисциплины в структуре ОПОП подготовки бакалавра:**

Дисциплина «**Теория и методика физической культуры и спорта**» является обязательной дисциплиной вариативной части Б1.В по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура». Дисциплина реализуется на кафедре гуманитарных дисциплин..

### **Требования к результатам освоения дисциплины:** студент должен

#### ***Знать:***

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

#### ***уметь:***

- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, к подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- применять технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- планировать и проводить основные пиры физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;
- оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий;

-осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста;

**владеть** навыками:

-уметь овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования;

-использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;

-применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;

-применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;

-применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;

-определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.;

**Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:**

- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности **(ОПК- 1)**;

- способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики **(ПК-2)**

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

применяет на практике основные учения в области физической культуры **(СК-1)**

- осознает истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта **(СК-3)**

**Краткое содержание дисциплины:**

Теория и методика физической культуры и спорта в системе физкультурного профессионального образования. Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Теория и методика физического воспитания. Культура двигательной деятельности, физически активный образ жизни. Двигательная деятельность как необходимость компонент существования человека. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания. Возможности направленного воспитательного воздействия на основе специфики физического воспитания и спорта. Характеристика с этих позиций принципов, методов и форм. Средства и методы физического воспитания. Характеристика средств физического воспитания, физические упражнения. Представление о физическом воспитании как системе. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием. Цель, задачи.

Дидактические основы теории и методики физического воспитания. Реализация принципов обучения в физическом воспитании. Формирование двигательных умений, навыков. Теоретико-практические основы развития физических качеств. Возрастные периоды развития силы. Формы построения занятий в физическом воспитании. Характеристика форм физического воспитания, разнообразие форм. Спорт в современном обществе, тенденции его развития. Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения в современном мире. Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта. Системное представление о подготовке спортсменов. Требования к спортсмену в современном спорте. Структура системы подготовки спортсменов. Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Основы построения процесса спортивной подготовки. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Технология планирования в спорте. Содержание планирования: определение целей и задач подготовки; прогнозирование и моделирование; учет специфики вида. Программирование и комплексный контроль в подготовке спортсменов. Роль управления и его основных функций - планирования и контроля. Спортивная ориентация и отбор. Понятие «спортивная ориентация». Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Физическое воспитание детей школьного возраста. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста. Урок основная форма организации занятий физическими упражнениями, его построение. Требования к уроку. Структура урока и характеристика его частей. Планирование и контроль в физическом воспитании. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию. Сущность и значение планирования. Виды планирования.

**Общая трудоемкость дисциплины:** 252 часа, 7 зачетных единиц.