

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Карпова Елизавета Александровна  
 Должность: директор  
 Дата подписания: 25.10.2021 11:38:58  
 Уникальный программный ключ:  
 ad9053b6a9e639199a21a41d1a80dd3f5c40650966aaf85dff11a7fd7d02cbad



**СОЦИАЛЬНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ**  
**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор ЧУ ПО «СТК»

*Е.А. Карпова*  
 Е. А. Карпова



## Теория и методика физического воспитания с практикумом рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Цикловая комиссия по психолого-педагогическому направлению**

Учебный план **Преподавание в начальных классах  
 Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы  
 среднего общего образования: гуманитарный**

Год начала подготовки **2021**

Квалификация **Учитель начальных классов**

Форма обучения **очная**

Часов по учебному плану **108** Виды контроля в семестрах:  
 в том числе:  
 аудиторные занятия **72**  
 самостоятельная работа **36**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	17	19	19	19		
Неделя	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	17	17	19	19	36	36
Практические	17	17	19	19	36	36
Итого ауд.	34	34	38	38	72	72
Контактная работа	34	34	38	38	72	72
Сам. работа	17	17	19	19	36	36
Итого	51	51	57	57	108	108

Рабочая программа дисциплины

**Теория и методика физического воспитания с практикумом**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах (уровень подготовки кадров высшей квалификации). (приказ Минобрнауки России от 27.10.2014 г. № 1353)

составлена на основании учебного плана:

Преподавание в начальных классах

Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы среднего общего образования: гуманитарный

утвержденного на заседании Педагогического Совета ЧУ ПО "СТК" 26.02.2021 протокол № 2.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	формирование у учащихся системы теоретических знаний и практических умений, определяющих уровень их
1.2	профессиональной деятельности в области физической культуры

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:		МДК.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Безопасность жизнедеятельности	
2.1.2	История	
2.1.3	Безопасность жизнедеятельности	
2.1.4	История	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Основы организации внеурочной работы (в области научно-познавательной деятельности по русскому языку и литературному чтению)	
2.2.2	Основы специальной педагогики и специальной психологии	
2.2.3	Педагогические технологии в области начального общего образования	
2.2.4	Практикум по детской психологии	
2.2.5	Практикум по каллиграфии	
2.2.6	Производственная практика	
2.2.7	Психология семьи	
2.2.8	Основы философии	
2.2.9	Педагогический менеджмент	
2.2.10	Проективные методы диагностики нарушений развития личности в детском возрасте	
2.2.11	Производственная практика	
2.2.12	Психология общения	
2.2.13	Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя начальных классов	
2.2.14	Учебная практика	
2.2.15	Защита выпускной квалификационной работы	
2.2.16	Защита выпускной квалификационной работы	
2.2.17	Подготовка выпускной квалификационной работы	
2.2.18	Подготовка выпускной квалификационной работы	
2.2.19	ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА (ПРЕДДИПЛОМНАЯ)	
2.2.20	Психолого-педагогический практикум	
2.2.21	Совершенствование и развитие профессиональной компетентности педагога	
2.2.22	Подготовка к государственным экзаменам	
2.2.23	Безопасность жизнедеятельности	
2.2.24	История	
2.2.25	Естествознание с методикой преподавания	
2.2.26	Методика обучения продуктивным видам деятельности с практикумом	
2.2.27	Основы организации внеурочной работы (в области социально-педагогической деятельности)	
2.2.28	Производственная практика	
2.2.29	Психология личности	
2.2.30	Социальная психология	
2.2.31	Теоретические и методические основы деятельности классного руководителя	
2.2.32	Теория и методика музыкального воспитания с практикумом	
2.2.33	Учебная практика	
2.2.34	Учебная практика	

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ОК 1: Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.**

<b>Знать:</b>	
1	практические основы физической культуры, спортивной тренировки и здорового образа жизни.
2	основные этапы развития физической культуры в контексте развития мировой культуры своего народа,
3	осознает эстетические, нравственные и духовные ценности физической культу
<b>Уметь:</b>	
1	определять цели и задачи физической культуры как факторов гармонического развития личности и укрепления здоровья человека
2	применять навыки научно-методической деятельности и знания основ теории физической культуры для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения занятий физическими упражнениями
3	методы и способы организации комплексного контроля в физической культуре
<b>Владеть:</b>	
1	сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, приобщить их к научно-исследовательской работе
2	ознакомить с программно-нормативными основами системы физической культуры
3	сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, интерес и познавательную активность к проблемам физической культуры

**ОК 2: Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.**

<b>Знать:</b>	
1	место и значение предмета «Физическая культура» в общем образовании;
2	основные концепции физического воспитания (физкультурного образования ) школьников;
3	требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура»;
<b>Уметь:</b>	
1	находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам физической культуры;
2	использовать различные методы и формы организации учебных занятий по физической культуре,
3	строить их с учётом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности обучающихся;
<b>Владеть:</b>	
1	анализа учебно-тематических планов и процесса обучения физической культуре, разработки положений по его совершенствованию;
2	определения цели и задач, планирования и проведения учебных занятий по физической культуре
3	применения приёмов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений

**ОК 3: Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.**

<b>Знать:</b>	
1	требования к современному уроку физической культуры;
2	логику планирования при обучении предмету «Физическая культура»;
3	содержание, методы, приёмы, средства и формы организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры, логику и критерии их выбора;
<b>Уметь:</b>	
1	подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь
2	использовать различные методы и приёмы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств;
3	применять приёмы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях
<b>Владеть:</b>	
1	проведения диагностики физической подготовленности обучающихся
2	наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки положений по их совершенствованию и коррекции
3	ведения учебной документации;

**ОК 4: Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.**

<b>Знать:</b>	
1	приёмы, способы страховки и само страховки;
2	логику анализа урока физической культуры

3	виды учебной документации, требования к её ведению и оформлению.
<b>Уметь:</b>	
1	анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения предмету, корректировать и совершенствовать их;
2	осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков
3	оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроке, выставлять отметки;
<b>Владеть:</b>	
1	применения приёмов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
2	проведения диагностики физической подготовленности обучающихся;
3	наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки положений по их совершенствованию и коррекции;

**ОК 5: Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.**

<b>Знать:</b>	
1	теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи
2	теоретические основы, методику планирования физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации;
3	особенности современных подходов и педагогических технологий физического воспитания;
<b>Уметь:</b>	
1	анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы
2	определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации;
3	осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности
<b>Владеть:</b>	
1	- изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов
2	оформления портфолио педагогических достижений;
3	презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений

**ОК 6: Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.**

<b>Знать:</b>	
1	концептуальные основы и содержание примерных программ по физической культуре;
2	педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметно-развивающей среды физического воспитания;
3	источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта;
<b>Уметь:</b>	
1	определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения;
2	адаптировать имеющиеся методические разработки;
3	готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты
<b>Владеть:</b>	
1	презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений;
2	участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания;
3	изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов;

**ОК 7: Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.**

<b>Знать:</b>	
1	- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию;
2	основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.
3	практические основы физической культуры, спортивной тренировки и здорового образа жизни.
<b>Уметь:</b>	
1	творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного

	развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни.
2	использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
3	требования образовательного стандарта начального общего образования и примерные программы начального общего образования

**Владеть:**

1	средствами и методами укрепления здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
2	особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников
3	Понимать социальное значение и функции физической культуры в современном обществе

**ОК 8: Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.**

**Знать:**

1	Знать цели, задачи и основные понятия физического воспитания
2	Понимать социальное значение и функции физической культуры в современном обществе
3	Структуру профессионально – педагогической деятельности учителя физической культуры

**Уметь:**

1	Уметь осуществлять подбор наиболее оптимальных средств и методов решения профессиональных задач
2	Уметь организовывать профессиональную деятельность на рабочем месте в качестве учителя физической культуры
3	Уметь анализировать и оценивать эффективность профессиональной деятельности

**Владеть:**

1	Систематизировать информацию для выполнения профессиональных задач
2	Понимать направленность и характер информации, исходя из разновидностей различных литературных источников
3	Использовать информационно-коммуникационные технологии для создания электронных презентаций, проектов, прогнозирования последствий различных модельных ситуаций, явлений и процессов

**ОК 9: Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.**

**Знать:**

1	основы обучения и воспитания одаренных детей;
2	основные виды ТСО и их применение в образовательном процессе
3	содержание предмета «физическая культура» в начальном общем образовании в объеме достаточном для осуществления профессиональной деятельности и методике его преподавания

**Уметь:**

1	применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях
2	планировать и проводить работу с одаренными детьми в соответствии с их индивидуальными особенностями
3	планировать и проводить коррекционно-развивающую работу с обучающимися, имеющими трудности в обучении;

**Владеть:**

1	способами решения конкретных педагогических задач по алгоритму действия
2	Вести дискуссии, аргументировано высказывать собственную точку зрения, слушать и анализировать мнения оппонента
3	Участвовать в коллективной проектной деятельности

**ОК 10: Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.**

**Знать:**

1	основные понятия теории и методики физической культуры
2	структуру системы физического воспитания в Российской Федерации
3	средства и методы физического воспитания

**Уметь:**

1	соотносить и выстраивать иерархию ключевых понятий в теории и методике физической культуры
2	использовать простейшие методы педагогического контроля.
3	подбирать упражнения для развития физических качеств

**Владеть:**

1	Владеет необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры
2	Готов к преподавательской деятельности по образовательным программам высшего образования
3	Умеет анализировать и оценивать качество своей профессиональной деятельности

### ОК 11: Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих.

<b>Знать:</b>	
1	структуру урока по физической культуре в школе.
2	физические упражнения, с помощью которых можно проводить занятия по физической культуре
3	особенности методики физического воспитания населения в различные периоды жизни
<b>Уметь:</b>	
1	проводить игры в заключительной части занятия по физической культуре.
2	анализировать критические ситуации, возникающие на школьной практике, по технологии «Case Studies».
3	выполнять анализ урока, проводить хронометрирование и пульсометрию урока.
<b>Владеть:</b>	
1	развить умения осуществлять процесс физического воспитания людей и подготовки спортсменов в современной системе физкультурного образования
2	сформировать у аспирантов знания о способах планирования и педагогического контроля на занятиях по физической культуре
3	овладеть профессиональными компетенциями в сфере современной физической культуры и спорта, в области физкультурного образования

### ПК 1.1: Определять цели и задачи, планировать уроки.

<b>Знать:</b>	
1	теоретические основы методической деятельности в области физического воспитания детей, подростков и молодежи
2	теоретические основы, методику планирования физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации
3	особенности современных подходов и педагогических технологий физического воспитания;
<b>Уметь:</b>	
1	анализировать федеральные государственные образовательные стандарты и примерные основные образовательные программы;
2	определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся в образовательной организации
3	осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности
<b>Владеть:</b>	
1	анализа учебно-методических комплектов, разработки учебно-методических материалов (рабочих программ, учебно-тематических планов) на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ с учетом вида образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
2	изучения и анализа педагогической и методической литературы по проблемам физической культуры, подготовки и презентации отчетов, рефератов, докладов;
3	оформления портфолио педагогических достижений

### ПК 1.2: Проводить уроки.

<b>Знать:</b>	
1	основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.
2	логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию;
3	источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта;
<b>Уметь:</b>	
1	определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;
2	оформлять результаты исследовательской и проектной работы
3	использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем
<b>Владеть:</b>	
1	- участия в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания;
2	презентации педагогических разработок в виде отчетов, рефератов, выступлений

3	- оформления портфолио педагогических достижений;
---	---

**ПК 1.3: Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения.**

<b>Знать:</b>	
1	требования федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и примерные программы начального общего образования;
2	теоретические основы и методику планирования уроков в начальных классах и классах компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения;
3	требования к содержанию и уровню подготовки обучающихся;
<b>Уметь:</b>	
1	находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам
2	определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей учебного предмета, возраста, класса, отдельных обучающихся и в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами;
3	применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений,
<b>Владеть:</b>	
1	усвоение учащимися общетеоретических вопросов физического воспитания и развития детей младшего школьного возраста
2	овладение системой знаний о физической культуре школьников, особенностях обучения их движениям и развитию физических качеств
3	овладение технологиями физического воспитания и развития детей младшего школьного возраста;

**ПК 1.4: Анализировать уроки.**

<b>Знать:</b>	
1	теоретические основы и методику планирования уроков в начальных классах и классах компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения
2	требования к содержанию и уровню подготовки обучающихся;
3	основы оценочной деятельности учителя начальных классов, критерии выставления отметок и виды учета успеваемости обучающихся;
<b>Уметь:</b>	
1	устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися;
2	анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по всем учебным предметам, корректировать и совершенствовать их
3	Определять цели и задачи
<b>Владеть:</b>	
1	планировать занятия.
2	Проводить занятия.
3	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

**ПК 1.5: Вести документацию, обеспечивающую обучение по программам начального общего образования.**

<b>Знать:</b>	
1	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
2	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
3	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
<b>Уметь:</b>	
1	подбирать и составлять индивидуальные комплексы оздоровительной, адаптивной и производственной физической культуры, утренней гигиенической гимнастики
2	пользоваться методами самоконтроля и оценки своего физического развития, физической подготовленности и регулирования работоспособности организма;
3	регулировать свое психо-эмоциональное состояние в повседневной жизни средствами физической культуры и спорта;
<b>Владеть:</b>	
1	повышения умственной и физической работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
2	подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
3	организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях



<b>ПК 4.1: Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.</b>	
<b>Знать:</b>	
1	- особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников;
2	требования образовательного стандарта начального общего образования и примерные программы начального общего образования
3	программы и учебно-методические комплекты для начальной школы
<b>Уметь:</b>	
1	находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки к урокам;
2	определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей учебного предмета, возраста, класса, отдельных обучающихся и в соответствии с санитарногигиеническими нормами;
3	использовать различные средства, методы и формы организации учебной деятельности обучающихся на уроках по всем учебным предметам, строить их с учетом особенностей учебного предмета, возраста и уровня подготовленности обучающихся
<b>Владеть:</b>	
1	анализа учебно-тематических планов и процесса обучения по всем учебным предметам начальной школы, разработки предложений по его совершенствованию
2	определения цели и задач, планирования и проведения уроков по всем учебным предметам начальной школы
3	проведения диагностики и оценки учебных достижений младших школьников с учетом особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся;
<b>ПК 4.2: Создавать в кабинете предметно-развивающую среду.</b>	
<b>Знать:</b>	
1	виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению
2	логику анализа уроков;
3	педагогические и гигиенические требования к организации обучения на уроках;
<b>Уметь:</b>	
1	осуществлять самоанализ, самоконтроль при проведении уроков;
2	анализировать уроки для установления соответствия содержания, методов и средств, поставленным целям и задачам
3	рисовать, лепить, конструировать;
<b>Владеть:</b>	
1	пользоваться методами самоконтроля и оценки своего физического развития, физической подготовленности и регулирования работоспособности организма
2	регулировать свое психо-эмоциональное состояние в повседневной жизни средствами физической культуры и спорта;
3	регулировать свое психо-эмоциональное состояние в повседневной жизни средствами физической культуры и спорта;
<b>ПК 4.3: Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области начального общего образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.</b>	
<b>Знать:</b>	
1	требования к содержанию и уровню подготовки младших школьников;
2	методы и методики педагогического контроля результатов учебной деятельности младших школьников (по всем учебным предметам);
3	методику составления педагогической характеристики ребенка;
<b>Уметь:</b>	
1	интерпретировать результаты диагностики учебных достижений обучающихся
2	оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на уроках по всем учебным предметам, выставлять отметки;
3	осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков по всем учебным предметам;
<b>Владеть:</b>	
1	наблюдения, анализа и самоанализа уроков, обсуждения отдельных уроков в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции

2	ведения учебной документации;
3	применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

**ПК 4.4: Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.**

<b>Знать:</b>	
1	основы и определяющие черты системы физического воспитания, ее структуру;
2	особенности организации занятий по физической культуре с детьми дошкольного возраста;
3	об особенностях организации процесса физического воспитания в дошкольных общеобразовательных учреждениях
<b>Уметь:</b>	
1	использовать основные положения и методы социальных и гуманитарных наук для решения профессиональных задач
2	проводить фрагменты практических занятий под руководством преподавателя (по предложенной модели);
3	учитывать особенности при организации процесса физического воспитания в дошкольных общеобразовательных учреждениях, определять и применять современные технологии качественного обучения в учебно-воспитательном процессе
<b>Владеть:</b>	
1	способностью решать конкретные профессиональные задачи, используя теоретические и практические знания в области гуманитарных, социальных и экономических наук средствами физической культуры.
2	частными методиками проведения занятий по физической культуре различной направленности
3	организацией процесса физического воспитания с учетом особенностей дошкольных общеобразовательных учреждений

**ПК 4.5: Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области начального образования.**

<b>Знать:</b>	
1	- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
2	- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
3	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
<b>Уметь:</b>	
1	пользоваться методами самоконтроля и оценки своего физического развития, физической подготовленности и регулирования работоспособности организма;
2	регулировать свое психо-эмоциональное состояние в повседневной жизни средствами физической культуры и спорта;
3	осуществлять основные правила и требования к формированию здорового образа жизни.
<b>Владеть:</b>	
1	повышения умственной и физической работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
2	подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации
3	организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	требования федерального государственного образовательного стандарта
3.1.2	начального общего образования и примерные программы начального общего
3.1.3	образования;
3.1.4	- теоретические основы и методику планирования уроков в начальных
3.1.5	классах и классах компенсирующего и коррекционно-развивающего обучения;
3.1.6	- требования к содержанию и уровню подготовки обучающихся;
3.1.7	- основы оценочной деятельности учителя начальных классов, критерии
3.1.8	выставления отметок и виды учета успеваемости обучающихся;
3.1.9	- виды учебной документации, требования к ее ведению и оформлению.
3.1.10	Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение
3.1.11	обучающимся профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	- находить и использовать методическую литературу и др. источники
3.2.2	информации, необходимой для подготовки к урокам;

3.2.3	- определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей
3.2.4	учебного предмета, возраста, класса, отдельных обучающихся и в соответствии с
3.2.5	санитарно-гигиеническими нормами;
3.2.6	- применять приемы страховки и само страховки при выполнении
3.2.7	физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
3.2.8	- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с
3.2.9	обучающимися;
3.2.10	- анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и
3.2.11	обучения по всем учебным предметам, корректировать и совершенствовать их.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей
3.3.2	профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3.3	Определять цели и задачи, планировать занятия.
3.3.4	Проводить занятия.
3.3.5	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и
3.3.6	образовательные технологии в области начального общего
3.3.7	образования, в том числе компенсирующего и коррекционно-развивающего, на основе изучения профессиональной
3.3.8	литературы, самоанализа и анализа деятельности других
3.3.9	педагогов

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов
	<b>Раздел 1.</b>		
1.1	Особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников. /Лек/	1	10
1.2	Особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников. /Пр/	1	7
1.3	Особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников. /Ср/	1	8
1.4	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Лек/	1	7
1.5	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Пр/	1	10
1.6	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Ср/	1	9
1.7	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Лек/	2	19
1.8	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Пр/	2	19
1.9	Программы и учебнометодические комплекты для начальной школы /Ср/	2	19

#### 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

##### 5.1. Вопросы для самоконтроля и текущей аттестации

1. Основными средствами физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста являются:
  - А) физические упражнения;
  - Б) оздоровительные силы природы;
  - В) гигиенические факторы;
  - Г) оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.
2. Содержание и формы физкультурных занятий в дошкольных детских учреждениях определяются:
  - А) общим планом работы по физическому воспитанию, который разрабатывается непосредственно руководителем дошкольного учреждения;
  - Б) «Программой воспитания и обучения в детском саду» (раздел «Физическая культура»);
  - В) исходя из пожеланий родителей детей;

- Г) воспитателем или инструкторами-методистами по физической культуре, исходя из личного профессионально-педагогического опыта.
3. В раннем и дошкольном возрасте в первую очередь следует обращать внимание на воспитание:
- 33
- А) скоростных способностей;  
 Б) координационных способностей;  
 В) силы и силовых способностей;  
 Г) общей выносливости.
4. В дошкольном возрасте в наибольшей степени способствуют формированию умений владеть своим телом, согласованно выполнять различные сложные движения:
- А) бессюжетные подвижные игры;  
 Б) упрощенные формы спортивных упражнений;  
 В) упражнения основной гимнастики;  
 Г) сюжетные подвижные игры.
5. Укажите, с какого возраста в состав средств физического воспитания дошкольников следует включать упрощенные формы спортивных упражнений:
- А) с двухлетнего;  
 Б) с трехлетнего;  
 В) с четырехлетнего;  
 Г) с пятилетнего.
6. Укажите основную форму занятий физическими упражнениями с детьми от 3 до 6 лет в детском саду:
- А) физкультурные занятия урочного типа;  
 Б) физкультурные занятия неурочного типа;  
 В) физкультминутки и физкультпаузы;  
 Г) «спортивный час».
7. Продолжительность физкультурных занятий урочного типа в детском саду для детей 3-4 лет составляет:
- А) 5-10 мин;  
 Б) 15-20 мин;  
 В) 25-30 мин;  
 Г) 40 мин.
8. В дошкольных детских учреждениях подвижные игры с разнообразным двигательным содержанием проводятся с детьми:
- А) 3-4 лет;  
 Б) 4-5 лет;  
 В) 5-6 лет;  
 Г) 3-6 лет.
9. В дошкольных детских учреждениях физкультминутки и физкультпаузы используются с целью:
- А) воспитания физических качеств у детей;  
 Б) обучения детей новым движениям;  
 В) закрепления ранее освоенных детьми движений;  
 Г) предупреждения у детей утомления, отдыха.
10. В заключительной части физкультурных занятий урочного типа для постепенного снижения физической нагрузки используются:
- А) ходьба, задание на внимание, дыхательные упражнения;  
 Б) кратковременный бег в среднем темпе и беговые упражнения;  
 В) различные прыжковые упражнения;  
 Г) танцевальные упражнения и упражнения на равновесие.
11. В 5-7 летнем возрасте тренирующий эффект обеспечивают упражнения с ЧСС не менее:
- А) 100-110- уд/мин;  
 Б) 120-130 – уд/мин;  
 34  
 В) 140-150 – уд/мин;  
 Г) 160-165 – уд/мин.

## 5.2. Темы письменных работ (контрольных и курсовых работ, рефератов)

1. Физическая активность человека - педагогические аспекты.
2. Физическая рекреация - методические аспекты.
3. Двигательная реабилитация - методические аспекты.
4. Спорт в образе жизни различных групп населения.
5. Проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста.
6. Методика развития ориентирования в пространстве и во времени детей дошкольного и младшего школьного возраста.

7. Физическая культура как элемент образа жизни и культуры детей.
8. Воспитание волевых и нравственных качеств в процессе занятий физическими упражнениями.
9. Методические аспекты занятий физическими упражнениями с детьми разного возраста по месту жительства и в семье.
10. Содержание и методика проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста.
11. Методика активизации речи и мышления дошкольников в процессе решения задач физического воспитания.
12. Профилактика простудных заболеваний дошкольников средствами физической культуры.
- Методические аспекты физической культуры при нарушениях осанки и сколиозе у детей дошкольного и школьного возраста.
- Методические аспекты профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов.
13. Влияние различных форм оздоровительно-рекреативных занятий на состояние здоровья и физическую подготовленность занимающихся.
14. Содержание и методика оздоровительной физической культуры и закаливания для профилактики профзаболеваний.

### **5.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

1. Современное состояние физической культуры и спорта.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Физическая культура личности.
4. Основные положения организации физического воспитания в вузе.
5. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
6. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
7. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
8. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
9. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
10. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда обучающегося.
11. Принципы и методы физического воспитания.
12. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 13.
13. Специальная физическая подготовка.
14. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
15. Структура подготовленности спортсмена.
16. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям.
17. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
18. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.
19. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
20. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
21. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.
22. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
23. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.
24. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда обучающегося.
25. Основы совершенствования физических качеств.
26. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.
27. Гигиена самостоятельных занятий.
28. Олимпийские игры и Универсиады.
29. Возможные формы организации тренировки в вузе.
30. Спортивная классификация и правила спортивных соревнований в избранном виде спорта.
31. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
32. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду.
33. Фитнес - как форма оздоровительной физической культуры и кондиционной тренировки. Развитие гибкости. Физические упражнения с повышенной амплитудой для различных суставов; упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке.
- Структура урока. Подбор музыкального сопровождения для выполнения различных упражнений.
34. Методика оценки собственной физической культуры личности обучающегося. Понятие физической культуры личности.
35. Развитие силы и скоростно-силовых качеств с использованием средств спортивных единоборств.
36. Развитие выносливости с использованием средств легкой атлетики (кросс).
37. Развитие координационных способностей с использованием спортивных

- игр.
38. Соревновательная практика. Участие обучающихся в серии соревнований по бегу, спортивным играм, единоборствам, атлетизму.
39. Совершенствование техники командных игровых видов спорта: овладение мячом при отскоке от щита, вырывание, выбивание и перехваты мяча, способы противодействия броскам в корзину.
40. Средства и формы занятий с элементами профессионально-прикладной физической подготовки. Базовые комплексы физических упражнений и восстановительные мероприятия в системе профилактики профессиональных заболеваний.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

#### 6.2.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1 Open Office

#### 6.2.2 Перечень информационных справочных систем и ресурсов сети Интернет

6.3.2.1 <http://www.consultant.ru/> Справочная правовая система «КонсультантПлюс».

6.3.2.2 [sdo.tiei.ru](http://sdo.tiei.ru) - Электронная информационно-образовательная среда(ЭИОС)

6.3.2.3 <http://biblioclub.ru/> ЭБС «Университетская библиотека online»

6.3.2.4 <http://library.tiei.ru/> - ЭЛЕКТРОННАЯ НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

- 7.1 Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие примерным программам дисциплин (модулей), рабочим учебным программам дисциплин (модулей). Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно - образовательную среду.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Обучающимся необходимо помнить, что качество полученного образования в немалой степени зависит от активной роли самого обучающегося в учебном процессе. Обучающийся должен быть нацелен на максимальное усвоение подаваемого лектором материала, после лекции и во время специально организуемых индивидуальных встреч он может задать лектору интересующие его вопросы.

Лекционные занятия составляют основу теоретического обучения и должны давать систематизированные основы знаний по дисциплине, раскрывать состояние и перспективы развития соответствующей области науки, концентрировать внимание обучающихся на наиболее сложных и узловых вопросах, стимулировать их активную познавательную деятельность и способствовать формированию творческого мышления.

Главная задача лекционного курса - сформировать у обучающихся системное представление об изучаемом предмете, обеспечить усвоение будущими специалистами основополагающего учебного материала, принципов и закономерностей развития соответствующей научно-практической области, а также методов применения полученных знаний, умений и навыков.

Основные функции лекций: 1. Познавательно-обучающая; 2. Развивающая; 3. Ориентирующе-направляющая; 4. Активизирующая; 5. Воспитательная; 6. Организующая; 7. информационная.

Выполнение практических заданий служит важным связующим звеном между теоретическим освоением данной дисциплины и применением ее положений на практике. Они способствуют развитию самостоятельности обучающихся, более активному освоению учебного материала, являются важной предпосылкой формирования профессиональных качеств будущих специалистов.

Проведение практических занятий не сводится только к органическому дополнению лекционных курсов и самостоятельной работы обучающихся. Их вместе с тем следует рассматривать как важное средство проверки усвоения обучающимися тех или иных положений, даваемых на лекции, а также рекомендуемой для изучения литературы; как форма текущего контроля за отношением обучающихся к учебе, за уровнем их знаний, а следовательно, и как один из важных каналов для своевременного подтягивания отстающих обучающихся.

При подготовке важны не только серьезная теоретическая подготовка, но и умение ориентироваться в разнообразных практических ситуациях, ежедневно возникающих в его деятельности. Этому способствует форма обучения в виде практических занятий. Задачи практических занятий: закрепление и углубление знаний, полученных на лекциях и приобретенных в процессе самостоятельной работы с учебной литературой, формирование у обучающихся умений и

навыков работы с исходными данными, научной литературой и специальными документами. Практическому занятию должно предшествовать ознакомление с лекцией на соответствующую тему и литературой, указанной в плане этих занятий. При проведении учебных занятий обеспечиваются развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей). Самостоятельная работа может быть успешной при определенных условиях, которые необходимо организовать. Ее правильная организация, включающая технологии отбора целей, содержания, конструирования заданий и организацию контроля, систематичность самостоятельных учебных занятий, целесообразное планирование рабочего времени позволяет привить студентам умения и навыки в овладении, изучении, усвоении и систематизации приобретаемых знаний в процессе обучения, привить навыки повышения профессионального уровня в течение всей трудовой деятельности. Для контроля знаний студентов по данной дисциплине необходимо проводить оперативный, рубежный и итоговый контроль.

Оперативный контроль осуществляется путем проведения опросов студентов на семинарских занятиях, проверки выполнения практических заданий, а также учета вовлеченности (активности) студентов при обсуждении мини-докладов, организации ролевых игр и т.п.

Контроль за самостоятельной работой студентов по курсу осуществляется в двух формах: текущий контроль и итоговый. Рубежный контроль (аттестация) подразумевает проведение тестирования по пройденным разделам курса. В тестирование могут быть включены темы, предложенные студентам для самостоятельной подготовки, а также практические задания.