Министерство спорта Российской Федерации

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Степанов Максим Сергеевич
Должность: Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
Дата подписания: 16.10.2026 12:16:36
Уникальный программный ключ:
ac103ec627087a9e59e034d124a15f779f2c5a5e

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра Теории и методики физической культуры

СОГЛАСОВАНО
Начальник Учебно-методического управления
канд. биол. наук, доцент И.В. Осадченко
«23» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и научно-исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент М.С. Степанов
«23» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория и методика физической культуры»
Б1.О.28
Направление подготовки
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профили обучения:
«Лечебная физическая культура»
«Физическая реабилитация»
«Адаптивный спорт»

Квалификация выпускника - Бакалавр

Форма: обучения/заочная

И.о. декана факультета физической культуры
канд.пед.наук
О.В. Марандыкина
«17» июня 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета заочной формы обучения,
канд. пед. наук, профессор
В.Х Шнайдер
«17» июня 2026 г.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол № , от «14» мая 2026г.)
Заведующая кафедрой,
д-р.пед.наук, доцент
Л.В. Тарасова

Малаховка 2026 год

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 942 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48563).

Составитель рабочей программы:
Солнцева Антонина Станиславовна
канд. пед. наук, доцент кафедры ТиМ ФиК

Рецензенты:
Биндусов Евгений Евгеньевич,
зав. кафедрой Теории и методики гимнастики
канд. пед. наук, профессор

Лепешкина Светлана Викторовна,
канд. пед. наук, доцент кафедры ТиМ спорта

Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.03.02):

Код ПС	Профессиональный стандарт	Приказ Минтруда России	Аббрев. исп. в РПД
01 Образование и наука			
01.001	"Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" (с изменениями и дополнениями)	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н (Редакция с учетом изменений и дополнений на 5 августа 2016 года)	**П**
01.003	"Педагог дополнительного образования детей и взрослых"	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н	**ПДО**
05 Физическая культура и спорт			
05.002	"Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту"	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 07.08.2025 № 483н	**Т АФК**
05.004	"Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту "	Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 07.08.2025 № 482н	**ИМ АФК**

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.

ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.

ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

	Соотнесенные профессиональныестандарты	Формируемые компетенции
Знания:		
Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий - Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития	ПС 01.001: A/01.6	УК-2
- Нормативные правовые акты в области защиты прав детей, включая Конвенцию о правах ребенка, нормы педагогической этики при публичном представлении результатов оценивания - Законодательство Российской Федерации об образовании в части, регламентирующей контроль и оценку освоения дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности)	ПС 01.003: A/04.6	
- Федеральные государственные образовательные стандарты и содержание примерных основных образовательных программ;	ПС 01.001: B/02.6 B/03.6	ОПК-1
- Требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся; - Основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью образовательной программы (занятия);	ПС 01.003: A/05.6	
Технология планирования и современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья	ПС 05.004: A/03.5	ОПК-6
Знать положения теории физической культуры	ПС 05.002 C/2.06	ОПК-13

- Правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий Основы здорового образа жизни	ПС 05.004: С/03.6	ОПК-14
Умения:		
- Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п. - Владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья	ПС 01.001: А/01.6	УК-2
- Устанавливать взаимоотношения с обучающимися для обеспечения объективного оценивания результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности	ПС 01.003: А/04.6	
- Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей	ПС 01.001: В/02.6 В/03.6	ОПК-1
- Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)	ПС 01.003: /05.6	
Планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, готовить необходимые методические материалы	ПС 05.004: А/03.5	ОПК-6
Разрабатывать содержание и соотношение использования различных средств и форм организации тренировочного процесса на отдельных уровнях структуры тренировки для выполнения занимающимся нормативов, соответствующих этапу спортивной подготовки по виду адаптивного спорта	ПС 05.002: С/02.6	ОПК-13
Обеспечивать применение спортсменами спортивной сборной команды безопасных методов и приемов при выполнении упражнений, использовании спортивного инвентаря, участии в соревнованиях Формировать осведомленность о ключевых положениях антидопинговых правил, формировать культуру нетерпимости к допингу спортсменов спортивной сборной команды	ПС 05.005 С/03.6	ОПК-14
Навыки и/или опыт деятельности:		
- Планирование и проведение учебных занятий; - Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	ПС 01.001: А/01.6	УК-2

- Оценка изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы	ПС 01.003: A/04.6	
Планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом: задач и особенностей образовательной программы; образовательных запросов обучающихся (детей и их родителей (законных представителей), возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения образовательной программы; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	ПС 01.003: A/05.6	ОПК-1
Подготовка индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающегося на основе федеральных стандартов спортивной подготовки, программы спортивной подготовки по виду адаптивного спорта	ПС 05.002: C/02.6	ОПК-13
- Разработка рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий	ПС 05.004: A/03.5	ОПК-6
Контролирование безопасного выполнения занимающимися упражнений, включенных в план тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке	ПС 05.002: A/02.5	ОПК-14
Проведение со спортсменами инструктажа по безопасности при выполнении упражнений, использовании спортивного инвентаря, участии в соревновательном процессе	ПС 05.004 C/03.6	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина в структуре образовательной программы относится к дисциплинам обязательной части.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 3 семестре в очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: в очной и заочной форме обучения – зачет с оценкой

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 3
Контактная работа преподавателя с обучающимися	**36**	**36**
В том числе:		
Лекции	12	12
Семинары	24	24
Промежуточная аттестация: зачет с оценкой	+	+
Самостоятельная работа студента	**72**	**72**
часы	**108**	**108**

Общая трудоемкость	**зачетные единицы**	**3**	**3**

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			3
Контактная работа преподавателя с обучающимися		**12**	**12**
В том числе:			
Лекции		4	4
Семинары		8	8
Промежуточная аттестация: зачет с оценкой		+	+
Самостоятельная работа студента		**96**	**96**
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	**108**
	зачетные единицы	**3**	**3**

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела	Всего часов
1.	Введение в теорию физической культуры	Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Характеристика основ системы физической культуры (научно-прикладных, программно-нормативных, организационных, социально-экономических, информационных, медико-биологических, правовых и др.). Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Формирование физической культуры личности в процессе освоения социального опыта как основная цель функционирования системы физической культуры, ее обусловленность общественными потребностями и уровнем культурного развития индивидуального человека. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Основные подходы и концепции к воспитанию физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры личности, его структурные компоненты. Характеристика задач, связанных с физкультурной образованностью человека, с управлением физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в занятиях физическими упражнениями. Конкретизация основных задач применительно к содержанию и специфике физкультурной деятельности, индивидуальным особенностям, возрастным закономерностям воспитуемых и другим условиям.	10

2.	Средства и методы формирования физической культуры человека	Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения – основное специфическое средство решения задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующаяся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Понятия: «техника физических упражнений» и «спортивная техника». Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, ее общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, ее главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий. Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов. Роль вербальных, наглядных, материально-технических и других средств в педагогическом процессе. Характеристика понятий: «метод», «методический прием», «методика» «методическое направление», «методический подход». Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы целостного и расчлененного упражнения, равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения. Их назначение, разновидности и особенности приме-	16

		нения. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий.	
3.	Обучение двигательным действиям	Понятие «обучение», его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие (перенос) двигательных навыков, его виды и разновидности. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и, правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этапы углубленного разучивания, закрепления и совершенствования двигательного навыка. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура каждого из этапов и их продолжительность, особенности контроля и самоконтроля. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Цель, задачи, особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе закрепления и совершенствования двигательных действий.	18

4.	Характеристика физических качеств и способностей.	Общая характеристика физических способностей комплексного образования и вида способностей человека. Физические способности как производные от физических качеств. Понятие о физических качествах, их детерминированность и разновидность проявления в двигательных действиях. Общие закономерности развития и факторы, лимитирующие проявления физических способностей. Понятие о силовых способностях. Развитие силовых способностей. Формы проявления силовых способностей. Факторы, определяющие уровень их развития и проявления. Критерии и способы оценки силовых способностей. Общие задачи по развитию силовых способностей и особенности их конкретизации в зависимости от возраста, пола, ведущего направления физического воспитания в различные периоды жизни и от других обстоятельств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития собственно силовых способностей. Средства развития силовых способностей, типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития силы, обобщенная характеристика их состава на различных этапах занятий физическими упражнениями. Дополнительные средства воздействия на развитие силы (общее представление об электростимуляции, диетологических и других факторах). Методы развития силовых способностей. Правила нормирования нагрузки и отдыха при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий. Понятие о скоростных способностях. Развитие скоростных способностей. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей. Задачи, типичные средства, отличительные черты методики развития быстроты простой и сложной двигательных реакций. Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Задачи, средства и методы развития быстроты движений. Причины стабилизации скорости движений, пути ее предупреждения и преодоления. Особенности силовой и технической подготовки в связи с развитием быстроты движений. Понятие «скоростно-силовые способности», их развитие и отличительные черты. Формы их проявления. Оценка скоростно-силовых способностей в физкультурной практике. Типичные особенности скоростно-силовых упражнений (взрывные усилия в динамическом и статическом режимах работы мышц, движения «ударного» характера и др.). Основные требования к упражнениям и условиям их выполнения. Методические подходы и методические приемы при развитии скоростно-силовых способностей. Правила регламентации и нормирования нагрузок в отдельном занятии и системе занятий, направленных на	20

		увеличение степени развития скоростно-силовых способностей и на поддержание достигнутого уровня их развития. Обобщенное понятие о выносливости как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность человека противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности. Главные факторы выносливости, их структура. Развитие выносливости. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Перенос выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости, критерии и способы оценки. Задачи и средства развития выносливости, возрастные периоды, наиболее благоприятные для ее развития. Методические подходы и приемы, основанные на преимущественно избирательном и целостном воздействии на факторы, определяющие выносливость. Пути направленного воздействия на аэробные, анаэробные, силовые и другие «компоненты» выносливости. Особенности развития выносливости в аспекте общей и специальной подготовки. Отличительные черты подбора и применения средств развития выносливости в процессе общей и прикладной физической подготовки. Проблема развития выносливости, адекватной особенностям различных видов деятельности. Взаимосвязь развития выносливости с другими физическими качествами. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и ее связь с понятием «ловкость». Развитие координационных способностей. Формы проявления и критерии оценки координационных способностей. Общие задачи по развитию координационных способностей и их особенности в зависимости от возраста, пола и других условий. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития координационных способностей. Упражнения, являющихся основными средствами развития координационных способностей; обобщенная характеристика их состава. Регулярное расширение и обновление фонда двигательных умений и навыков как главная линия в развитии координационных способностей на первых стадиях занятий физическими упражнениями. Основные методические подходы, методы и приемы, используемые в процессе развития данных способностей. Особенности режима занятий, нормирования нагрузки и отдыха при необходимости обеспечить ускоренное развитие или сохранение достигнутой степени развития координационных способностей. Причины и формы излишней мышечной напряженности при выполнении физических упражнений. Упражнения на расслабление. Другие средства, методы и приемы преодоления нерациональной мышечной напряженности. Причины нарушения равновесия при выполнении физических упражнений. Упражнения на равновесие. Другие средства, методы и методические приемы. Задачи,	

		средства, методы и методические приемы совершенствования «чувства пространства», «чувства времени», пространственной и временной точности, ритма движений в процессе занятий физическими упражнениями. Обобщенное понятие о гибкости как особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости. Задачи и средства развития гибкости. Краткая характеристика упражнений и других средств, используемых для направленного воздействия на развитие гибкости. Основные правила использования упражнений и нормирования нагрузок в рамках отдельного занятия и серии занятий.	
5.	Организация занятий физическими упражнениями	Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями. Понятия: «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия», особенности урочных и неурочных занятий. Классификация уроков и неурочных занятий. Содержание и структура урока физического воспитания: состав физических упражнений, деятельность педагога, деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся. Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса. Подготовка педагога и его помощников к уроку. Требования к содержанию и методике проведения урока. Понятие планирования в физической культуре. Специфические объекты планирования в физической культуре. Виды планирования, характеристика принципов планирования, технология планирования, основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных	16

		задач. Формы годовых графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т. п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов. Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная коррекция планов на основе результатов контроля. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля. Этапный контроль, его основные показатели, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность. Основные показатели текущего и оперативного контроля на протяжении занятия, в рамках одного занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля. Самоконтроль. Основы показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Поэтапный, текущий и оперативный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы оперативного, текущего и этапного учета. Техника безопасности при проведении занятий физическими упражнениями.	
6.	Техника безопасности при занятиях физической культурой	Нормативно-правовые основы техники безопасности при занятиях физической культурой. Ответственность занимающихся, преподавательского и административного составов.	8
ИТОГО:			**108**

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ:

очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Виды учебной работы			Всего часов
		Л	ПЗ	СРС	
1.	Введение в теорию физической культуры	2	-	4	10
2.	Средства и методы формирования физической культуры человека	2	4	16	16

3.	Обучение двигательным действиям	2	6	16	18
4.	Характеристика физических качеств и способностей	2	8	16	20
5.	Организация занятий физическими упражнениями	2	4	16	16
6.	Техника безопасности при занятиях физической культурой	2	2	4	8
	ИТОГО:	12	24	72	108

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Виды учебной работы			Всего часов
		Л	ПЗ	СРС	
1.	Введение в теорию физической культуры	1	-	14	15
2.	Средства и методы формирования физической культуры человека	1	2	20	23
3.	Обучение двигательным действиям	2	2	22	26
4.	Характеристика физических качеств и способностей	-	2	20	22
5.	Организация занятий физическими упражнениями	-	2	20	22
	ИТОГО:	4	8	96	**108**

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

6.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Кол-во экземпляров	
		библиотека	кафедра
1.	Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - М.: Гардарики, 2007. - 218 с.: ил. - Библиогр.: с. 215-216. - ISBN 978-5-8297-0316-5 : 298.32.	40	-
2.	Зулаев, И. И. Организация и методика проведения занятий по физическому воспитанию в специальном учебном отделении вуза : учебно-методическое пособие для студентов педагогических вузов и вузов физической культуры / И. И. Зулаев, М. В. Абульханова ; МГАФК. - Малаховка, 2009. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 06.10.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей	1	-
3.	Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 c. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPRBOOKS : [сайт]. —		-

	URL: http://www.iprbookshop.ru/85832.html (дата обращения: 06.10.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей		
4.	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 IPRBOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/11049.html (дата обращения: 06.10.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей		-
5.	Менхин Ю. В. Физическое воспитание: теория, методика, практика : учебное пособие для ИФК / Ю. В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :СпортАкадемПресс : Физкультура и спорт, 2006. - 310 с. : ил. - Библиогр.: с. 294 - 309. - ISBN 5-813-40151-2 : 141.30. - Текст (визуальный) : непосредственный.	177	-
6.	Менхин Ю. В. Физическое воспитание: теория, методика, практика : учебное пособие для ИФК / Ю. В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :СпортАкадемПресс : Физкультура и спорт, 2006. - 310 с. : ил. - Библиогр.: с. 294 - 309. - ISBN 5-813-40151-2 : 141.30. - Текст (визуальный) : непосредственный.	177	-
7.	Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., стереотип. - Москва : Советский спорт, 2007. - 463 с. : ил. - Библиогр.: с. 450-456. - ISBN 5-85009-888-7. - ISBN 978-5-9718-0192-4 : 611.57. - Текст (визуальный) : непосредственный.	55	-
8.	Холодов, Ж. К.Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 10-е изд. - Москва : Академия, 2012. - 478 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 472-473. - ISBN 978-5-7695-8798-6 : 457.00. - Текст (визуальный): непосредственный.	116	-
9.	Платонов, В. Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте: настольная книга тренера. Т. 2 / В. Н. Платонов. – Москва: Принтлето, 2021. – 1199 с.: ил. – Библиогр.: с. 1144-1199. – ISBN 978-5-6046191-1-7: 300.00. – Текст (визуальный) : непосредственный	10	
10.	Селуянов, В. Н. Определение одаренностей и поиск талантов в спорте: учебное пособие / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков. – Москва: СпортАкадемПресс, 2000. – 111 с.: ил. – (Наука спорту). – Библиогр.: с. 99-111. – ISBN 5-8134-0023-0 : 35.00: 165.76. – Текст (визуальный) : непосредственный	13	-
11.	Семёнов Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: Биологические и психолого-педагогические аспекты: учебно-методическое пособие / Л. А. Семёнов. – Москва: Советский спорт, 2005. – 141 с.: ил. – Библиогр.: с. 137-140. – ISBN 5-85009-969-7 : 116.48. – Текст (визуальный): непосредственный	6	-

12.	Смирнов Ю. И. Комплексная оценка и контроль спортивной подготовленности: учебное пособие / Ю. И. Смирнов; МО-ГИФК. – Малаховка, 1986. – 68 с. – 0.25. – Текст (визуальный) : непосредственный	13	-
13.	Смирнов Ю. И. Основные свойства и показатели спортивной подготовленности: учебное пособие / Ю. И. Смирнов; МО-ГИФК. – Малаховка, 1987. – 48 с. – 0.25. – Текст (визуальный) : непосредственный	7	-

6.2. Дополнительная литература.

№ п/п	Наименование	Кол-во экземпляров	
		библиотека	кафедра
1.	Васильков, А. А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А. А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 381 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-14231-8 : 281.37.	2	-
2.	Визитей, Н. Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений / Н. Н. Визитей. - М.: Советский спорт, 2009. - 184 с. - ISBN 978-5-9718-0353-9: 200.00.	2	-
3.	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	-
4.	Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. - 2-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2005. - 224 с.: ил. - Библиогр: с.220-222. - ISBN 5-85009-985-9 : 154.56.	5	-
5.	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	-
6.	Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физической культуры. Ч. 1: Введение в общую теорию физической культуры / Л. П. Матвеев; РГАФК. - 2-е изд., испр, и доп. - М., 2002. - 177 с.: ил. - ISBN 5-89022-092-6: 150.00.	45	-
7.	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	-

8.	Спорт в школе. Организационно-методические основы преподавания физической культуры. В 2 т. Т. 1 / сост. И. П. Космина, А. П. Паршиков, Ю. П. Пузырь. - М.: Советский спорт, 2003. - 253 с.: ил. - Библиогр.: с. 250-253. - ISBN 5-85009-788-0 : 282.08:306.88.	9	-
9.	Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений / под ред. С. О. Филипповой. - СПб.: Детство-Пресс, 2007. - 416 с.: ил. - ISBN 5-89814-315-7: 295.00.	50	-
10.	Барчуков, И. С.Физическая культура и спорт: методология, теория, практика : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. С. Барчуков, А. А. Нестеров ; под ред. Н. Н. Маликова. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2008. - 528 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-5245-8 : 349.80. - Текст (визуальный) : непосредственный.	5	-
11.	Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 429 с.: ил. - Библиогр.: с. 428. - ISBN 978-5-238-01157-8 : 380.81.	2	-
12.	Чермит К. Д.Теория и методика физической культуры: Опорные схемы : учебное пособие / К. Д. Чермит. - Москва : Советский спорт, 2005. - 270 с. : ил. - Библиогр.: с. 265-268. - ISBN 5-85009-935-2 : 226.08. - Текст (визуальный) : непосредственный.	5	-
13.	Алексеева О. И. Теоретико-методические основы подготовки пловца в вузе: учебное пособие / О. И. Алексеева, В. И. Григорьев. – Москва: Теория и практика физической культуры, 2003. – 161 с.: ил. – ISBN 5-93512-018-6 : 204.80. – Текст (визуальный) : непосредственный.	2	-
14.	Гаврилова, Е. А. Спорт, стресс, вариабельность: монография / Е. А. Гаврилова. – Москва: Спорт, 2015. – 167 с.: ил. – (Библиотечка спортивного врача и психолога). – Библиогр.: с. 147-167. – ISBN 978-5-9906578-4-7: 794.00. – Текст (визуальный) : непосредственный	5	-
15.	Гомельский, Е. Я. Основные направления подготовки спортивного резерва в баскетболе: методическое пособие / Е. Я. Гомельский. - М., 2017. - 269 с. - Библиогр.: с. 256. - ISBN 978-5-905395-51-2	50	-
16.	Иссурин, В. Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В. Б. Иссурин. – Москва: Советский спорт, 2012. – 282 с.: ил. – ISBN 978-5-9718-0410-9: 100,00. – Текст (визуальный) : непосредственный	1	-

17.	Ишимова, И. Н. Инновационный менеджмент: учебно-методическое пособие / И. Н. Ишимова, О. А. Клестова; Урал-ГУФК. – Челябинск, 2009. – 95 с. – Библиогр.: с. 91-93. – б/ц. – Текст (визуальный) : непосредственный	1	-

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫХ И ПОИСКОВЫХ СИСТЕМ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1. Официальный сайт MGAFK.RU (mgafk.ru) - *единый личный кабинет обучающихся, расписание, учебные материалы.*
2. SAKAI (edu.mgafk.ru) - *тестирование студентов, учебные материалы.*
3. Jitsi Meet (vks.mgafk.ru) - *система видеоконференций.*
4. ProffMe (pruffme.com) – *сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски.*
5. Антиплагиат (antiplagiat.ru) - *система проверки текстов на плагиат.*
6. Яндекс.Формы (forms.yandex.ru) - *конструктор форм, опросов и тестов.*
7. MarkSQL (lib.mgafk.ru) - *библиотечная система.*
8. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) http://lib.mgafk.ru
9. Электронно-библиотечная система Elibrary https://elibrary.ru
10. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" https://Lanbook.com
11. Электронно-библиотечная система IPRbookshttp://www.iprbookshop.ru
12. Электронно-библиотечная система РУКОНТ https://rucont.ru/
13. Министерство образования и науки Российской Федерации https://minobrnauki.gov.ru/
14. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки http://obrnadzor.gov.ru/ru/
15. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
16. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» http://window.edu.ru
17. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов http://fcior.edu.ru
18. Сайт "ФизкультУРА" содержит информацию для любителей активного отдыха, здорового образа жизни и специалистов по физической культуре и спорту - http://www.fizkult-ura.ru/node.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Перечень специализированных аудиторий и компьютерной техники.

Для проведения лекционных и семинарских занятий:

- поточная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (лекционные залы №№ 1,2);

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (проектором, экраном, ноутбуком с возможностью выхода в Интернет (№ 421);

- учебно-методическая литература: учебники, учебные пособия, научная и специальная литература, периодическая литература в библиотеке и читальном зале МГАФК; методический кабинет академии № 426; кабинет для самостоятельной подготовки студентов № 409.

8.2. В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL LibreOffice или одна из лицензионных версий MicrosoftOffice.

Для контроля знаний, обучающихся используется «Программный комплекс для автоматизации процессов контроля текущей успеваемости методом тестирования и для дистанционных технологий в обучении», разработанной ЗАО «РАМЭК-ВС».

8.3. Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индиви-

дуальных 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 «ElBrailleW14J G2;
- принтер Брайля;
- портативное устройство для чтения и увеличения.

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

- акустическая система FrontRowtoGo в комплекте (системы свободного звукового поля);
- 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).

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДЕНО
Проректор по образовательной и научно-
исследовательской деятельности
канд. филол. наук, доцент М.С. Степанов

_____
«23» июня 2026 г

Фонд оценочных средств
по дисциплине
«Теория и методика физической культуры»
Б1.О.28
Направление подготовки
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профили обучения:
«Лечебная физическая культура»
«Физическая реабилитация»
«Адаптивный спорт»
Квалификация выпускника - бакалавр

Форма обучения: очная/заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры
(протокол №____ от _____2026 г.)

Зав. кафедрой, д-р.пед. наук, доцент_____ Л.В. Тарасова

Малаховка, 2026

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине
«Теория и методика физической культуры»

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства	Количество вариантов заданий
1.	Введение в теорию физической культуры.	УК-2, ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Коллоквиум	30
2.	Средства и методы формирования физической культуры человека.	ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Коллоквиум	20
3.	Обучение двигательным действиям.	ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Коллоквиум	10
4.	Характеристика физических качеств и способностей.	ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Коллоквиум	16
5. 6.	Организация занятий физическими упражнениями. Техника безопасности.	УК-2, ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Коллоквиум	14
Промежуточная аттестация Зачет с оценкой		УК-2, ОПК-1, ОПК-6, ОПК-13, ОПК-14	Комплект билетов к зачету	30 билетов

.

\ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	ЗУны	Индикаторы достижения
УК-2	***Знает:*** - История, теория, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества - Основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий - Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития ***Умеет:*** - Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п. - Владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья ***Имеет опыт:*** - Планирование и проведение учебных занятий; - Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	Разрабатывает тренировочные программы для различного контингента занимающихся.
	Знает: - Нормативные правовые акты в области защиты прав детей, включая Конвенцию о правах ребенка, нормы педагогической этики при публичном представлении результатов оценивания - Законодательство Российской Федерации об образовании в части, регламентирующей контроль и оценку освоения дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности) ***Умеет:*** - Устанавливать взаимоотношения с обучающимися для обеспечения объективного оценивания результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности ***Имеет опыт:*** - Оценка изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы	Владеет методами оценки уровня подготовленности обучающихся.
	Умеет: - Планировать содержание занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности занимающегося, особенностей его физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма ***Имеет опыт:*** Анализ данных для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, характеристика типичных нарушений функций организма, уровень подготовленности занимающегося, длительность занятия, методические указания тренера занимающегося)	Разрабатывает планы тренировочных занятий по общей и специальной подготовке занимающихся.
	Знает: - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий ***Умеет:*** - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам ***Имеет опыт:*** Ведение отчетной документации	Владеет знаниями по составлению и разработке отчетной документации

ОПК-1	***Знает:*** - Федеральные государственные образовательные стандарты и содержание примерных основных образовательных программ; ***Умеет:*** - Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания; ***Имеет опыт:*** - Ставить различные виды учебных задач (учебно-познавательных, учебно-практических, учебно-игровых) и организовывать их решение (в индивидуальной или групповой форме) в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста, сохраняя при этом баланс предметной и метапредметной составляющей их содержания	Разрабатывает основные виды планирования для различных возрастных групп.
	Знает: - Требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся; - Основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью образовательной программы (занятия); ***Умеет:*** - Находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимой для планирования профессиональной информации (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы) ***Имеет опыт:*** Планировать образовательный процесс, занятия и (или) циклы занятий, разрабатывать сценарии досуговых мероприятий с учетом: задач и особенностей образовательной программы; образовательных запросов обучающихся (детей и их родителей (законных представителей), возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения образовательной программы; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья - в зависимости от контингента обучающихся); особенностей группы обучающихся; специфики инклюзивного подхода в образовании (при его реализации); санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья обучающихся	Разрабатывает программно- методическое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной программы)
	Знает: - Теория и организация адаптивной физической культуры - Современные способы организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ***Умеет:*** - Формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, степени тяжести и структуры нарушений функций организма, состояния сохранных функций - Пользоваться специализированным спортивным инвентарем и оборудованием для занятий адаптивной физической культурой ***Имеет опыт:*** - Выбор оптимальных для занимающегося форм и видов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической)	Владеет основными способами организации занимающихся на занятиях.
	Знает: - Современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий ***Умеет:*** - Выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам ***Имеет опыт:*** Ведение отчетной документации	Разрабатывает антидопинговые мероприятия с использованием разработанных рекомендаций, инструкций и пособий
ОПК-6	***Знает:*** - Находить ценностный аспект учебного знания и информации обеспечивать его понимание и переживание обучающимися ***Умеет:*** - способен разрабатывать программы занятий с учетом возраста, пола, состояния здоровья и уровня физической подготовленности занимающихся;	Владеет навыками определения показателей нормы ответ-

	Имеет опыт: - определяет показатели нормы ответных реакций организма на дозированные нагрузки;	ных реакций организма на дозированные нагрузки
	Знает: - Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств ***Умеет:*** - Разъяснять занимающимся физиологические и организационные вопросы спортивной подготовки с использованием техник общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методов общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств ***Имеет опыт:*** - Разработка планов и программ спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки	Разрабатывает планы и программы спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки
	Знает: - Использовать различные формы адаптивного физического воспитания, средства и методы физической реабилитации инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья ***Умеет:*** - Применять техники общения с инвалидами, лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, различных функциональных групп ***Имеет опыт:*** - Разработка рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий	**Разрабатывает содержание** воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья
ОПК-13	***Знает:*** - Порядок составления и ведения документации по планированию тренировочной и воспитательной работы в организациях, осуществляющих спортивную подготовку по видам (спортивным дисциплинам) адаптивного спорта ***Умеет:*** Планировать и корректировать содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из единства механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий и с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья ***Имеет опыт:*** - Разработка программы спортивной подготовки, физкультурно-оздоровительных и тренировочных комплексов занятий адаптивной физической культурой и спортом	Планирует спортивную подготовку инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья по виду или спортивной дисциплине адаптивного спорта
ОПК-14	***Знает:*** - Теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся ***Умеет:*** - оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий, степень сформированности двигательных навыков; ***Имеет опыт:*** - владеет основами построения занятий, средствами и методами, адекватными индивидуальным особенностям занимающихся;	Владеет основами построения занятий, средствами и методами, адекватными индивидуальным особенностям занимающихся
	Знает: - Правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся ***Умеет:*** - Демонстрировать тактические приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений специальной подготовки в избранном виде адаптивного спорта, формулировать двигательную задачу с наглядным объяснением ***Имеет опыт:*** - Проведение физиологического обоснования отдельных комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр, программ физической реабилитации, планов спортивной подготовки, в том числе с целью прогнозирования воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, эффективности физической реабилитации занимающегося	Проводит с занимающимися тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке

Объемные требования к промежуточной аттестации

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина.

2. Характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическое совершенство», их связь и специфические стороны.

3. Методы научного исследования в области физической культуры.

4. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).

5. Цель, задачи и общие принципы системы физкультурного воспитания.

6. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.

7. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.

8. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники).

9. Пространственные и пространственно-временные характеристики техники движений, их педагогическое значение.

10. Временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение.

11. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.

12. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.

13. Классификация методов, используемых для формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.

14. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

15. Метод равномерного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

16. Метод переменного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

17. Метод повторного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

18. Метод интервального упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

19. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

20. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.

21. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.

22. Характеристика методов слова, особенности их использования при занятиях физическими упражнениями.

23. Методы обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.

24. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

25. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

26. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, реализация в процессе занятий физическими упражнениями).

27. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

28. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации и в процессе занятий физическими упражнениями).

29. Принцип циклического построения системы занятий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

30. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.

31. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.

32. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).

33 Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.

34. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и устранения ошибок.

35. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).

36. Силовые способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

37. Скоростные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

38. Выносливость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

39. Координационные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

40. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

41. Перенос физических способностей(качеств): понятие о переносе, его виды и значение.

42. Задачи, содержание и пути интеллектуального, нравственного, эстетического и других видов воспитания, занимающихся физическими упражнениями.

43. Формы построения занятий физическими упражнениями, их классификация и особенности.

44. Занятия урочного типа, их виды и разновидности.

45. Содержание и структура занятий урочного типа.

46. Содержание подготовки педагога к уроку. Форма конспекта урока и требования к его разработке.

47. Методы организации и управления деятельностью, занимающихся на уроке.

48. Планирование работы по физической культуре (назначение, методические требования, виды, содержание, технология и документы).

49. Контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями (назначение, методические требования, виды, содержание и технология, документы).

50. Общая характеристика занятий неурочного типа.

51.Характеристика программ физической культуры учащихся общеобразовательной школы: назначение, структура, основное содержание.

52. Содержание учебного предмета «Физическая культура в школе».

53. Особенности содержания и методики проведения учебных (классно-урочных) занятий с детьми школьного возраста.

54. Назначение, виды и особенности занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школы.

55. Назначение, виды и особенности внеклассных занятий по физической культуре с учащимися школьного возраста.

56. Назначение, виды и особенности внешкольных занятий с детьми; связь ее со школьной работой по физической культуре.

57. Характеристика годового плана учебной работы по физической культуре в школе.

58. Планирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре на четверть в школе (назначение, формы, требования, технология составления).

59. Проверка и оценка успеваемости школьников на уроках физической культуры.

60. Педагогический контроль над проведением уроков физической культуры в школе (назначение, виды, содержание и технология проведения).

Составитель:
Солнцева А.С.
канд. пед. наук, доцент кафедры ТиМ ФК _____

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра
Теории и методики физической культуры

Вопросы для коллоквиумов по дисциплине

«Теория и методика физической культуры»

Раздел 1. Введение в теорию физической культуры

1. К какой науке относится теория физической культуры.
2. Какой дисциплиной является теория физической культуры.
3. Что определяет знание терминов и понятий.
4. Что представляет собой физическое воспитание.
5. Что такое физическое развитие.
6. Физическое упражнение.
7. Цель системы физической культуры.
8. В чем выражается физическая культура личности.
9. В чем заключается образовательная задача системы физической культуры.
10. Задача физического развития.
11. Цель воспитательной задачи системы физической культуры.
12. Основное средство физической культуры.
13. Когда формируется срочный эффект от занятий физическими упражнениями.
14. Когда формируется кумулятивный эффект от занятий физическими упражнениями.
15. Чем определяется классификация физических упражнений.
16. На какие группы делит целевая направленность использования физических упражнений.
17. По биомеханической структуре движений различают следующие группы упражнений.
18. По режиму работы мышц выделяют следующие упражнения.
19. По механизмам энергообеспечения мышц выделяют следующие упражнения.
20. С какой целью в занятиях физическими упражнениями используются естественные силы природы.
21. На что опирается использование естественных сил природы в занятиях физическими упражнениями.
22. Что такое «метод» в занятиях физическими упражнениями.
23. Что такое методический прием.
24. Что такое «знание».
25. Нагрузка в занятии физическими упражнениями.
26. С какой целью в занятиях применяется равномерный метод.
27. Какие качества и способности развивают переменным методом.
28. Для чего применяется повторный метод?
29. Чем отличается интервальный метод от повторного.
30. С какой целью применяется круговой метод.

Раздел 2. Средства и методы формирования физической культуры человека

1. Как реализуется регулирование длительности и направления усилий в процессе обучения двигательным действиям.
2. Что такое фиксаторы внимания.
3. Из-за чего может сформироваться искаженный образ правильного усилия.
4. Что может быть причиной ошибки при формировании ориентировочной основы действия.
5. Задачи формирования предварительного представления и освоения инструкции решаются в следующей последовательности.
6. Где осуществляется демонстрация изучаемого двигательного действия.
7. Роль педагога на первом этапе обучения.
8. Цель первого этапа обучения.

9. С чего начинается обучение двигательным действиям.
10. От чего зависит эффективность решения задач обучения.
11. Показатель нормальной реакции организма на нагрузку в занятиях аэробикой.
12. Особенности методики занятий аэробикой.
13. Что такое «Шейпинг».
14. С чем связаны занятия шейпингом.
15. Определение «Физическая реабилитация».
16. Суть атлетической гимнастики.
17. Идеал эстетически совершенной фигуры.
18. Что такое анорексия.
19. Что такое булимия.
20. Что, в большей мере, определяет эффективность занятий физическими упражнениями.

Раздел 3.Обучение двигательным действиям.

1. На чем основано формирование представления об изучаемом двигательном действии.
2. В какой последовательности происходит трансформация знаний об изучаемом действии в двигательный навык.
3. В чем заключается цель обучения двигательным действиям.
4. Что представляет собой ориентировочная основа действия.
5. Что такое основная опорная точка.
6. Содержание инструкция для обучаемого.
7. При каких условиях формируется ориентировочная основа действия.
8. Методы формирования двигательных умений и навыков.
9. Предмет обучения в физическом воспитании.
10. Что такое техника физических упражнений.

Раздел 4. Характеристика физических качеств и способностей.

1. Организационные формы построения занятий физическими упражнениями
2. Что характерно для урочной формы занятий.
3.. Методы контроля физической подготовленности занимающихся.
4. Структура урока.
5.От чего зависит сила человека.
6. Что характеризует взрывная сила.
7. Единица измерения силы.
8. Как изменяется длина мышцы в статическом режиме работы.
9. Где важна силовая выносливость.
10. Элементарные формы быстроты.
11. Проявление скоростных способностей.
12. Факторы, определяющие амплитуду движений.
13. Для кого подвижность в плечевых суставах важнее.
14. Что отражает специальная выносливость.
15. Координационные способности характеризуют.
16. От чего зависит результативность двигательных действий в спортивных играх.

Раздел 5. Организация занятий физическими упражнениями.

1. На какой срок разрабатывается общий план работы учителя физической культуры
2. Текущее планирование:
3. Оперативное планирование.
4. Перспективное планирование.
5. Организационные формы проведения занятий физическими упражнениями.
6. Что отличает занятия урочной формы от других.
7. Деятельность педагога на занятиях урочной формы.
8. Деятельность учеников на уроке физической культуры.
9. Структура занятия урочной формы.
10. Задачи заключительной части урока.

11. Анализ качества проведенного урока.
12. Что является основой для планирования занятий в общеобразовательной школе.
13. Информация, необходимая для планирования.
14. Документ, регламентирующий содержание плана занятий.

Критерии оценки:

Коллоквиум проводится методом группового опроса в форме письменных ответов. К каждому вопросу прилагаются три варианта ответов, из которых один правильный. Студенту необходимо определить правильный ответ и его порядковый номер занести в заранее приготовленную табличку**.**

- зачтено: Коллоквиум считается сданным, если число правильных ответов не менее 70 %.

- не зачтено: Коллоквиум считается не сданным, если число правильных ответов менее 70 %.

БИЛЕТЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 1

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплин.
2. Педагогический контроль над проведением уроков физической культуры в школе (назначение, виды, содержание и технология проведения).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 2

1. Характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация:», «физическое совершенство», их связь и специфические стороны.
2. Проверка и опенка успеваемости школьников на уроках физической культуры.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет №3

1. Методы научного исследования в области физической культуры.
2. Планирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре на четверть в школе (назначение, формы, требования, технология составления).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.
.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет №4

1. Занятия урочного типа их виды и разновидности.
2. Характеристика годового плана учебной работы по физической культуре в школе.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет №5

1. Цель, задачи и обилие принципы системы физкультурного воспитания.
2. Назначение, виды и особенности внешкольных занятий с детьми; их связь со школьной работой по физической культуре.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет №6

1. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.
2. Назначение, виды и особенности занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школы.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 7

1. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.
2. Особенности содержания и методики проведения учебных (классно-урочных) занятий с детьми школьного возраста

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 8

1. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники).
2. Содержание учебного предмета «Физическая культура в школе».

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 9

Пространственные и пространственно-временные характеристики техники движений, их педагогическое значение.

Характеристика программ физической культуры учащихся общеобразовательной школы: назначение, структура, основное содержание.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 10

1. Временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение.
2. Общая характеристика занятий неурочного типа.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 11

1. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.
2. Контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями (назначение, методические требования, виды, содержание и технология, документы).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 12

1. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.
2. Планирование работы по физической культуре (назначение, методические требования, виды, содержание, технология и документы).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 13

1. Классификация методов, используемых для формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.
2. Содержание подготовки педагога к уроку. Форма конспекта урока и требования к его разработке.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 14

1. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Содержание и структура занятий урочного типа.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 15

1. Метод равномерного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Методы организации и управления деятельностью, занимающихся на уроке.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 16

1. Метод переменного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Занятия урочного типа, их виды и разновидности.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 17

1. Метод повторного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Формы построения занятий физическими упражнениями, их классификация и особенности.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 18

1. Метод интервального упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Задачи, содержание и пути интеллектуального, нравственного, эстетического и других видов воспитания, занимающихся физическими упражнениями.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 19

1. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
2. Перенос физических способностей (качеств): понятие о переносе, его виды и значение.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 20

1. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.
2. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 21

1. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
2. Координационные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 22

1. Характеристика методов слова, особенности их использования при занятиях физическими упражнениями.
2. Выносливость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 23

1. Методы обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.
2. Скоростные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 24

1. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
2. Силовые способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 25

1. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
2. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 26

1. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, реализация в процессе занятий физическими упражнениями).
2. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и устранения ошибок.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 27

1. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий
физическими упражнениями).
2. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 28

1. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации и в процессе занятий физическими упражнениями).
2. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет № 29

1. Принцип циклического построения системы занятий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
2. . Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.

3. Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»
Кафедра Теории и методики физической культуры

Билет №30

1. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.
2. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).

Зав. кафедрой_____/Тарасова Л.В.

Критерии оценки:

«Отлично» - студент проявил полные и глубокие знания в объеме программного материала на основе использования основной и дополнительной литературы, свободное владение материалом. Умеет анализировать, способен применять теоретические знания для постановки ситуационных задач и находить пути их решения.

«Хорошо» - студент проявил знания в объеме программного материала на основе использования основной литературы, уверенно владеет материалом, способен приводить примеры практического применения приобретенных знаний.

«Удовлетворительно» – знание основных разделов программного материала, неуверенное его изложение, наличие 2-3 несущественных ошибок.

«Неудовлетворительно» – незнание основных разделов программы курса, неспособность обнаружить и исправить собственные ошибки.