

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет естественнонаучного образования, физической культуры и  
безопасности жизнедеятельности  
Кафедра теории и методики обучения физической культуре и безопасности  
жизнедеятельности

«УТВЕРЖДАЮ»  
Проректор по учебной работе  
Ю. А. Жадаев  
« 29 » 2016 г.



## **Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.04.01 «Педагогическое образование»

Магистерская программа «Теория и методика физической культуры»

*очная форма обучения*

Волгоград  
2016



## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование у магистрантов системы углубленных представлений о теоретических и практических основах оздоровительных аспектов физической культуры в онтогенезе физического развития.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития» относится к вариативной части блока дисциплин.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

Для освоения дисциплины «Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Инновационные процессы в образовании 1», «Инновационные процессы в образовании 2», «Современные проблемы науки», «Современные проблемы образования», «Педагогическое сопровождение реализации инновационных образовательных программ», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте», «Технология возрастных основ теории физической культуры», «Физкультурное образование в социокультурном пространстве», прохождения практики «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (Педагогическая)».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Мониторинг в физическом воспитании учащихся и технология его использования», «Профессионально-педагогическое мастерство магистра физической культуры», прохождения практики «Преддипломная практика».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– готовностью использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач (ОПК-2);

– способностью применять современные методики и технологии организации образовательной деятельности, диагностики и оценивания качества образовательного процесса по различным образовательным программам (ПК-1).

### В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

#### **знать**

– основные понятия, задачи и функции оздоровительных теорий; основные опорные концепции теории, способствующие сохранению и укреплению здоровья; методику диагностики функционального состояния систем организма;

– структуру, содержание и методику построения оздоровительно-рекреативной тренировки с учетом индивидуально-типологических особенностей занимающихся;

– структуру, содержание и методику построения оздоровительно-реабилитационной тренировки с учетом индивидуально-типологических особенностей занимающихся;

– структуру, содержание и методику построения спортивно-реабилитационной тренировки с учетом индивидуально-типологических особенностей занимающихся;



	ной физической культуры	
3	Научно-методические аспекты оздоровительно-реабилитационной физической культуры	Методология оздоровительно-реабилитационной физической культуры.
4	Научно-методические аспекты спортивно-реабилитационной физической культуры	Методология спортивно-реабилитационной физической культуры.

## 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Общие основы содержания оздоровительных теорий в онтогенезе физического развития	–	7	–	15	22
2	Научно-методические аспекты оздоровительно-рекреативной физической культуры	–	7	–	15	22
3	Научно-методические аспекты оздоровительно-реабилитационной физической культуры	–	8	–	15	23
4	Научно-методические аспекты спортивно-реабилитационной физической культуры	–	8	–	15	23

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Третьякова Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Третьякова Н.В., Андрюхина Т.В., Кетриш Е.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Спорт, 2016.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55566.html>.— ЭБС «IPRbooks».

### 6.2. Дополнительная литература

1. Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс]: учебник/ Евсеева О.Э., Евсеев С.П.— Электрон. текстовые данные.— М.: Спорт, 2016.— 384 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55569.html>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Витун В.Г. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Витун В.Г., Витун Е.В.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 103 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54139.html>.— ЭБС «IPRbooks».

3. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник/ Солодков А.С., Сологуб Е.Б.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2012.— 624 с.— Режим доступа:

<http://www.iprbookshop.ru/9897.html>.— ЭБС «IPRbooks».

4. Гараева Е.А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Гараева Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 175 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30107.html>.— ЭБС «IPRbooks».

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная библиотечная система IPRbooks. URL: <http://iprbookshop.ru>.
2. Электронная библиотечная система издательства «Лань». URL: <http://e.lanbook.com>.
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: <http://elibrary.ru>.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Технологии поиска информации в Интернете.
2. Microsoft Office.
3. Интернет-браузер Mozilla Firefox.
4. Интернет-браузер Google Chrome.

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория для проведения лекционных занятий.
2. Учебная аудитория для проведения практических занятий.
3. Комплект переносного презентационного оборудования.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Оздоровительные теории в онтогенезе физического развития» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.