

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  
2016 г.



## **Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль «Физическая культура»

*заочная форма обучения*

Волгоград  
2016

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности

«17» 06 2016 г., протокол № 11

Заведующий кафедрой Семинский М.В. «17» 06 2016 г.  
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности

«30» 06 2016 г., протокол № 15

Председатель учёного совета Веденко М.А. «30» 06 2016 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»

«19» 08 2016 г., протокол № 1

#### Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (руководитель ОПОП) \_\_\_\_\_ (дата)

#### Разработчики:

Михайлов Андрей Юрьевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ВГСПУ».

Программа дисциплины «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4 декабря 2015 г. № 1426) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» (профиль «Физическая культура»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВПО «ВГСПУ» (от 25 января 2016 г., протокол № 8).

## **1. Цель освоения дисциплины**

Формирования у студентов целостного представления о дифференцированном физическом воспитании в профессиональной деятельности специалиста сферы физической культуры, при обязательности выполнения определенных образовательных стандартов.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

Для освоения дисциплины «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «Информационные технологии в образовании», «Основы математической обработки информации», «Педагогика», «Психология», «Физиология», «Здоровьесберегающие технологии физической культуры», «Информационные технологии в квалиметрических исследованиях», «Методические особенности нормирования физических нагрузок», «Основы биохимии спорта», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Физиология физической культуры и спорта», «Формирование культуры здоровья личности средствами физической культуры».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Методика обучения физической культуре», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Основы метрологического контроля в физической культуре и спорте», «Психодиагностика в физическом воспитании и спорте», «Психологические основы педагогического общения», «Психологическое здоровье личности учителя», «Психология группы и командообразование», «Психология жизненного пути личности», «Психология физической культуры и спорта», «Современные средства оценивания результатов обучения физической культуре», «Социология физической культуры и спорта», «Теория и методика адаптивной физической культуры», «Теория и методика физической культуры и спорта», прохождения практик «Исследовательская практика», «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности», «Преддипломная практика».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2);

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

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

*знать*

- сущностные характеристики основных понятий дисциплины: технология, дифференциация, физическое воспитание, учащаяся молодёжь и другие;
- технологию планирования различных форм физкультурно-спортивных занятий;
- содержание программы физического воспитания различных типологических групп в общеобразовательных учреждениях;
- возрастные, половые, климатические, региональные и национальные особенности учащихся;
- здоровьесформирующие и здоровьесберегающие ценности физической культуры;

#### ***уметь***

- использовать понятийный аппарат изучаемой дисциплины для достижения цели и задач дифференцированного физического воспитания;
- корректировать величину физической нагрузки в зависимости от контингента занимающихся;
- определить цель и задачи дифференцированного физического воспитания;
- использовать технологии оздоровительной, кондиционной и спортивной тренировки;
- контролировать физическое состояние занимающихся;
- использовать формы, средства и методы физического воспитания с учётом контингента занимающихся;

#### ***владеть***

- навыками сохранения физического здоровья занимающихся;
- навыками педагогического контроля в физическом воспитании;
- навыками развития основных физических качеств учащихся различных типологических групп;
- навыками оценивания уровня физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом;
- навыками различных видов обработки полученной информации с использованием новых компьютерных технологий;
- навыками оценивания уровня технико-тактической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

## **4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		4з
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	10	10
В том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	6	6
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
<b>Самостоятельная работа</b>	58	58
<b>Контроль</b>	4	4
Вид промежуточной аттестации		ЗЧ
Общая трудоёмкость	часы	72
	зачётные единицы	2

## **5. Содержание дисциплины**

### **5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Проблемы разработки технологии дифференцированного физического воспитания	Анализ базовых понятий в дифференцированном физическом воспитании. Философско-антропологическое обоснование технологии дифференцированного физического воспитания. Предметно-теоретическое обоснование технологии.
2	Педагогические условия реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании	Дифференцированный подход в физическом воспитании как педагогическая категория. Содержание, структура и критерии дифференцированного подхода в физическом воспитании. Факторы, способствующие реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании.
3	Технология дифференцированного физического воспитания на основе учета интегральных показателей занимающихся	Интегральные показатели физического состояния учащихся. Двигательные возможности занимающихся физической культурой различных конституциональных типов. Физкультурно-спортивные интересы занимающихся. Структурирование контингента занимающихся по уровням физического состояния, конституциональной принадлежности и типу биологической зрелости. Содержание физического воспитания каждой типологической группы.. Педагогический контроль в физическом воспитании. Контрольные нормативы по физической подготовленности. Дифференцированная оценка физической, технической и тактической подготовленности

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

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Проблемы разработки технологии дифференцированного физического воспитания	1	1	–	19	21
2	Педагогические условия реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании	1	2	–	18	21
3	Технология дифференцированного физического воспитания на основе учета интегральных показателей занимающихся	2	3	–	21	26

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека [Электронный ресурс]/ Бальсевич В.К.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2009.— 220 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16828.html>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Евсева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / Евсева О.Э., Евсеев С.П.— М.: Советский спорт, 2013. 392— с.<http://www.iprbookshop.ru/40821>.

3. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура" / Железняк Юрий Дмитриевич, Петров Павел Карпович. - 5-е изд., стер. - М. : Изд. центр "Академия", 2009. - 265,[1] с. : табл. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт). - Библиогр. в конце гл. - Прил.: с. 247-263. - ISBN 978-5-7695-6195-5; 5 экз. : 276-76..

4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ.культура" / Холодов Жорж Константинович, Кузнецов Василий Степанович. - 7-е изд., стер. - М. : Изд. центр "Академия", 2009. - 472, [1] с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - ISBN 978-5-7695-6214-3; 20 экз. : 381-70.

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи; Учебное пособие; Советский спорт; Губа В.П., Морозов О.С., Парфененков В.В.; 978-5-9718-0242-6; 2008; учебное пособие; <http://www.iprbookshop.ru/9863>.

2. Педагогические и медицинские аспекты занятий физической культурой со студентами специальной медицинской группы; Учебно-методическое пособие; Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ; Башмаков В.П.; 978-5-9227-0292-8; 2011; учебно-методическое пособие; <http://www.iprbookshop.ru/19025>;

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная гуманитарная библиотека // <http://www.gumfak.ru/>.
2. Электронная библиотечная система. URL: <http://www.iprbookshop.ru>.
3. Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета. URL: <http://edu.vspu.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. Комплект офисного программного обеспечения.
2. Технологии обработки текстовой информации.
3. Интернет-браузер.

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

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Аудитории для проведения занятий, оснащенные стандартным набором учебной мебели, учебной доской и стационарным или переносным комплексом мультимедийного презентационного оборудования.

2. Методический, наглядный и раздаточный материал для организации групповой и индивидуальной работы обучающихся.

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

Дисциплина «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

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 «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи» 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.