

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Институт 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  
2019 г.



## **Технологии возрастных основ в теории физической культуры**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.04.01 «Педагогическое образование»

Магистерская программа «Теория и методика физической культуры»

*очная форма обучения*

Волгоград  
2019

Обсуждена на заседании кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности  
«23» апреля 2019 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой Степанов А.В. «23» апр 2019 г.  
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности  
«27» мая 2019 г., протокол № 8

Председатель учёного совета Веденев А.И. «27» мая 2019 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»  
«31» мая 2019 г., протокол № 10

#### 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:

Даянова Марина Александровна, кандидат биологических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ГОУ ВО «ВГСПУ».

Программа дисциплины «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. N 126) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (магистерская программа «Теория и методика физической культуры»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 31 мая 2019 г., протокол № 10).

## **1. Цель освоения дисциплины**

Формирование знаний о методических подходах и технологиях обучения занимающихся с учетом возрастных и половых особенностей.

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

Дисциплина «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Инновационные процессы в сфере физической культуры», «Профессионально-прикладные аспекты теории и методики физической культуры», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте», прохождения практик «Учебная практика (научно-исследовательская работа) по Модулю 4», «Учебная практика (научно-исследовательская работа) по Модулю 6».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Интерактивные технологии подготовки кадров в сфере физической культуры», «Международное олимпийское движение», «Основы гендерной теории физической культуры и спорта», «Основы спортивной тренировки», «Профессионально-педагогические аспекты теории и методики физической культуры», «Современные средства оценивания результатов обучения по физической культуре», прохождения практик «Производственная практика (научно-исследовательская работа) по Модулю 9», «Производственная практика (преддипломная практика)».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований (ОПК-8);

– способен осуществлять научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации программ профессионального обучения, СПО и ДПП в области физической культуры (ПК-1).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

– теоретические основы и особенности реализации отечественных и зарубежных современных методик и технологий организации образовательной деятельности по различным образовательным программам; технологию возрастных основ теории физического воспитания;

– теоретические основы профессионально-прикладной подготовки; технологию возрастных основ теории физического воспитания;

#### ***уметь***

– проектировать и осуществлять образовательный процесс с использованием современных методик и технологий по вариативным образовательным программам с учетом

возрастных особенностей занимающихся; разрабатывать документы планирования по физическому воспитанию;

**владеть**

– технологией разработки документов планирования по физическому воспитанию; технологией тестирования уровня развития физических качеств занимающихся.

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

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	16	16
В том числе:		
Лекции (Л)	8	8
Практические занятия (ПЗ)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
<b>Самостоятельная работа</b>	47	47
<b>Контроль</b>	9	9
Вид промежуточной аттестации		–
Общая трудоемкость	часы	72
	зачётные единицы	2
		72
		2

**5. Содержание дисциплины**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Технология физической культуры в системе воспитания детей раннего, дошкольного, школьного и молодежи школьного возрастов.	Социально-педагогическое значение системы физического воспитания в воспитании детей раннего, дошкольного, школьного и молодежи школьного возрастов. Особенности методики физического воспитания и закономерности возрастного развития детей в дошкольные периоды и условия подготовки их к последующей деятельности. Методические основы направленного использования физической культуры в условиях семейного быта дошкольников и школьников. Особенности технологии методики обучения движениям и воспитание физических качеств и способностей, обусловленные содержанием физкультурного образования и закономерностями возрастного физического развития детей и молодежи школьного возраста.
2	Технология физической культуры в системе высшего профессионального образования. Технология физической культуры в жизни старших поколений.	Социально-педагогическое значение системы физического воспитания в воспитании студенческой молодежи и людей старшего и пожилого возрастов. Возможность противодействия возрастной инволюции с использованием факторов физической культуры. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения, в зависимости от профиля избранной профессии. Методические основы, особенности

		построения системы занятий с людьми старшего и пожилого возрастов.
--	--	--

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

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Технология физической культуры в системе воспитания детей раннего, дошкольного, школьного и молодежи школьного возрастов.	4	4	–	20	28
2	Технология физической культуры в системе высшего профессионального образования. Технология физической культуры в жизни старших поколений.	4	4	–	27	35

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### 6.1. Основная литература

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. [Текст] Теория и методика физической культуры. Учебник / Ж.К. Холодов В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2007. – рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта..

2. Матвеев Л.П. [Текст] Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 - Физ. культура и специальности 032101 - Физ. культура и спорт: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПрес, 2008. - 543 с.: ил..

3. Железняк Ю.Д. [Текст] Теория и методика обучения предмету "Физическая культура": учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 033100 - Физ. культура / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов. - М.: Академия, 2004. - 268, [1] с.: табл. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 265. - Рекомендовано УМО.

### 6.2. Дополнительная литература

1. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 "Физ. культура и спорт" / Б. Х. Ланда. - М. : Сов. спорт, 2006. - 207 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 58-61 (55 назв.). - Прил.1-12: с. 62-205. - ISBN 5-9718-0141-4; 6 экз. : 137-05..

2. Губа В.П. [Текст] Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи. Учебное пособие / В.П. Губа. – М.: Советский спорт, 2008. - рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта.

## 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>.
4. Свободная интернет-энциклопедия «Википедия». URL: <http://ru.wikipedia.org>.

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

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

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» 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 «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме .

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 «Технологии возрастных основ в теории физической культуры» 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.