

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

Теория физической культуры и спорта рабочая программа дисциплины (модуля)

| | | | |
|-------------------------|--|----------------------------|--|
| Закреплена за кафедрой | кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности | | |
| Учебный план | 44.03.05_2024_1114.plx 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Физкультурно-оздоровительная деятельность и Безопасность жизнедеятельности | | |
| Квалификация | бакалавр | | |
| Форма обучения | очная | | |
| Общая трудоемкость | 6 ЗЕТ | | |
| Часов по учебному плану | 216 | Виды контроля в семестрах: | |
| в том числе: | | экзамены 5 | |
| аудиторные занятия | 80 | | |
| самостоятельная работа | 98 | | |
| часов на контроль | 34,75 | | |

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 5 (3.1) | | Итого | |
|---|---------|-------|-------|-------|
| | 14 5/6 | | | |
| Неделя | УП | РП | УП | РП |
| Лекции | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Практические | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Консультации (для студента) | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 |
| Консультации перед экзаменом | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Итого ауд. | 80 | 80 | 80 | 80 |
| Контактная работа | 83,25 | 83,25 | 83,25 | 83,25 |
| Сам. работа | 98 | 114 | 98 | 114 |
| Часы на контроль | 34,75 | 34,75 | 34,75 | 34,75 |
| Итого | 216 | 232 | 216 | 232 |

Программу составил(и):

Кандидат исторических наук, Доцент, Ельдепов В.Я.

Рабочая программа дисциплины

Теория физической культуры и спорта

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
утвержденного учёным советом вуза от 01.02.2024 протокол № 2.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 11.04.2024 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от _____ 2025 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от _____ 2026 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от _____ 2027 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от _____ 2028 г. № ____
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

| 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ | |
|---|---|
| 1.1 | <i>Цели:</i> - передача знаний, составляющих основу профессионального мировоззрения педагога физической культуры и спорта; - формирование умения использовать полученные знания в практической деятельности. |
| 1.2 | <i>Задачи:</i> - изучить теоретические положения физкультурно-спортивной деятельности; - изучить понятийный аппарат теории и методики физического воспитания и спорта; - освоить средства и методы физического воспитания и спорта; - изучить организационные формы физического воспитания и спорта; - создать представление об интегрирующей роли дисциплины теории и методики физического воспитания и спорта в системе дисциплин предметной подготовки; - научить применять на практике знания теории и методики обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний. |

| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП | |
|--|---|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.О.07 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | обучающиеся используют знания, умения, навыки, способности деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин "Физическая культура и спорт" |
| 2.2 | Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | освоение дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин: «Физкультурно-оздоровительные технологии», "Методика обучения физической культуре", "Национальные виды спорта", |
| 2.2.2 | "Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование". |

| 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|--|
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | |
| ИД-1.УК-7: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности | |
| Знает как определить физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей; Владеет методиками оценки уровня физического развития и физической подготовленности; | |
| ИД-2.УК-7: Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | |
| Знает содержание компонентов технологий ЗОЖ, структуру и форму физических упражнений; Знает как физические упражнения воздействуют на организм занимающихся и умеет осуществлять отбор тех упражнений, которые будут содействовать улучшению функциональных и двигательных возможностей; Умеет использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом | |
| ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. | |
| ИД-2.ОПК-3: Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. | |
| знает: - возрастно-половые закономерности физического воспитания обучающихся; - общепедагогические и специфические принципы физического воспитания; - методы организации контроля за результатами воспитания и обучения; владеет навыками организации и проведения занятий физическими упражнениями для решения задач физического воспитания с обучающимися | |
| ОПК-8: Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний | |
| ИД-1.ОПК-8: Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области. | |
| Знает разные методы анализа педагогических ситуаций на уроках физической культуры, умеет регулировать взаимоотношения обучающихся в непосредственном взаимодействии на уроке | |
| ПК-1: Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач. | |

| |
|---|
| ИД-1.ПК-1: Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета). |
| знает: - термины и понятия физической культуры и спорта в рамках изучаемой дисциплины; - возрастно-половые закономерности физического воспитания населения; - общепедагогические и специфические принципы физического воспитания; - методы обучения и воспитания, организации контроля за результатами воспитания и обучения; |
| ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов. |
| ИД-2.ПК-3: Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности. |
| умеет использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом |

| 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | | | | | | | |
|---|--|----------------|-------|-------------|---|------------|-------------------|
| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература | Инте ракт. | Примечание |
| | Раздел 1. Общие основы теории и методики физической культуры | | | | | | |
| 1.1 | Общие основы теории и методики физической культуры /Лек/ | 5 | 20 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | проблемная лекция |
| 1.2 | Общие основы теории и методики физической культуры /Пр/ | 5 | 20 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | круглый стол |
| 1.3 | Общие основы теории и методики физической культуры /Ср/ | 5 | 21 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
| | Раздел 2. Особенности физического воспитания детей школьного возраста | | | | | | |
| 2.1 | Возрастные особенности физического воспитания /Лек/ | 5 | 8 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | Прблемная лекция |

| | | | | | | | |
|--|---|---|-------|--|--|---|-------------------|
| 2.2 | Возрастные особенности физического воспитания /Пр/ | 5 | 8 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | круглый стол |
| 2.3 | Возрастные особенности физического воспитания /Ср/ | 5 | 43 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
| Раздел 3. Теория спорта и методика подготовки спортсменов | | | | | | | |
| 3.1 | Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Лек/ | 5 | 12 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | проблемная лекция |
| 3.2 | Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Ср/ | 5 | 50 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
| 3.3 | Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Пр/ | 5 | 12 | | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | круглый стол |
| Раздел 4. Консультации | | | | | | | |
| 4.1 | Консультация по дисциплине /Конс/ | 5 | 2 | ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-2.ОПК-3 ИД-1.ОПК-8 ИД-1.ПК-1 ИД-2.ПК-3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
| Раздел 5. Промежуточная аттестация (экзамен) | | | | | | | |
| 5.1 | Подготовка к экзамену /Экзамен/ | 5 | 34,75 | ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-2.ОПК-3 ИД-1.ОПК-8 ИД-1.ПК-1 ИД-2.ПК-3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
| 5.2 | Контроль СР /КСРАтт/ | 5 | 0,25 | ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-2.ОПК-3 ИД-1.ОПК-8 ИД-1.ПК-1 ИД-2.ПК-3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------------------|---|---|--|---|---|--|
| 5.3 | Контактная работа /КонсЭк/ | 5 | 1 | ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7 ИД-2.ОПК-3 ИД-1.ОПК-8 ИД-1.ПК-1 ИД-2.ПК-3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7 Л2.8 | 0 | |
|-----|----------------------------|---|---|--|---|---|--|

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Пояснительная записка

Перечень вопросов к зачёту

1. Основные понятия в физической культуре.
2. Предмет теории физической культуры.
3. Методика воспитания выносливости.
4. Средства, используемые в процессе физического воспитания.
5. Система принципов, регламентирующих процесс формирования физической культуры
6. Методы в физическом воспитании.
7. Скоростные способности, их структура и методика воспитания
8. Возможности использования методики «круговой тренировки» в физическом воспитании.
9. Формы занятий в физическом воспитании.
10. Методика воспитания собственно-силовых способностей.
12. Возможности использования игрового метода в процессе физического воспитания.
13. Этап углубленного разучивания двигательных действий (задачи, особенности, принципы методы).
14. Нагрузка и отдых как компоненты физического воспитания.
15. Возможности использования игрового метода в процессе физического воспитания.
16. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Взаимосвязь с другими видами воспитания личности.
17. Форма и содержание физических упражнений.
18. Силовая выносливость и методика ее воспитания.
19. Этап начального разучивания двигательных действий (задачи, особенности, методические приемы и методы).
20. Структура и функции физической культуры в обществе.
21. Методика воспитания выносливости, проявляемой при выполнении упражнений в различных зонах мощности.
22. Структура обучения двигательным действиям.
23. Техника физических упражнений, ее основные характеристики. Классификация физических упражнений.
24. Принцип непрерывности физического воспитания и системности чередования в нем нагрузок и отдыха.
25. Особенности реализации принципа сознательности и активности в физическом воспитании.
26. Проблематика «Теории физической культуры и спорта» как науки и ее структура как учебного предмета.
27. Соотношение понятий: физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовленность, физическое совершенство.
28. Идеиные основы системы физического воспитания.
29. Основные документы планирования и виды педагогического контроля в физическом воспитании.
30. Система принципов, регламентирующих процесс формирования физической культуры.
31. Принцип связи физического воспитания с трудовой и оборонной практикой.
32. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания личности.
33. Организационные формы и условия функционирования системы физического воспитания в стране.
34. Координационные способности и методика их воспитания.

Вопросы к экзамену

Перечень вопросов к экзамену

1. Система исходных понятий теории и методики физической культуры и спорта.
2. Цели, задачи, средства и методы спортивной тренировки
3. Основные документы планирования и виды педагогического контроля в физическом воспитании
4. Спорт: его сущность, общественные функции и основные разновидности.
5. Роль соревнований, соревновательной практики в системе подготовки спортсменов.
6. Система основных понятий в теории спорта (спортивные тренировка, спортивная подготовка, тренированность, подготовленность, спортивная форма).
7. Особенности структуры тренировочного занятия спортсменов.
8. Принципы (закономерности) спортивной тренировки.
9. Особенности воспитания скоростной выносливости спортсменов.
10. Особенности физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта.
11. Соревновательная деятельность как специфическая основа спорта.

12. Спортивно-техническая подготовка (задачи, средства, методы).
13. Роль спорта в системе социальных отношений. Функции спорта.
14. Функции спортивных соревнований.
15. Спортивно-психическая подготовка (задачи, средства, методы).
16. «Спортивная форма» и способы ее оценки.
17. Микроструктура спортивной тренировки: сущность, структура отдельных занятий и микроциклов, их классификация.
18. Особенности методики скоростной подготовки спортсменов.
19. Мезоструктура спортивной тренировки: сущность, структура средних циклов тренировки, их классификация.
20. Классификация видов спорта на основе анализа факторов, обуславливающих спортивно-технические результаты спортсменов.
21. Закономерности развития спортивной формы как естественная основа периодизации тренировки.
22. Реализация принципа постепенности и тенденции к предельным нагрузкам в подготовке спортсменов.
23. Макроструктура спортивной тренировки (тренировочные циклы типа годовых и полугодовых).
24. Подготовительный период: его назначение, особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
25. Техническая подготовка спортсмена как многолетний процесс.
26. Структура подготовительного периода большого цикла подготовки спортсменов.
27. Соревновательный период: его назначение и особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
28. Тактика соревновательной деятельности спортсменов.
29. Переходный период: его назначение и особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
30. Специфические функции физической культуры в обществе.
31. Спортивная тренировка как многолетний процесс: назначение и содержание этапов
32. Роль «модельных характеристик» в определении задач подготовки спортсменов.
33. Спортивный отбор: назначение, содержание, этапы.
34. Общая характеристика средств, используемых для решения задач подготовки спортсменов.
35. Особенности планирования в спортивной тренировке.
36. Соотношение понятий «тренированность» и «подготовленность» спортсменов.
37. Особенности контроля в спортивной тренировке.
38. Влияние параметров соревновательной практики спортсменов на динамику их спортивно-технических результатов.
39. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в подготовке спортсменов.
40. Факторы, обуславливающие рост спортивных достижений.
41. Взаимосвязь специальных принципов, регламентирующих деятельность в процессе подготовки спортсменов.
42. Виды подготовки спортсмена.
43. Тенденции динамики индивидуальных спортивных достижений.
44. Идеи, теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы спортивного движения.
45. Педагогическое значение спорта.

5.2. Оценочные средства для текущего контроля

Примерная тематика курсовых работ (рефератов, эссе)

1. Основные понятия теории и методики физического воспитания.
2. Нравственное воспитание в процессе овладения физической культурой.
3. Умственное воспитание в процессе овладения физической культурой.
4. Эстетическое воспитание в процессе овладения физической культурой
5. Трудовое воспитание в процессе овладения физической культурой.
6. Формирование у населения потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.
7. Роль физического воспитания в формировании ЗОЖ.
8. Техника двигательного действия и ее основные биомеханические характеристики.
9. Методы воспитания физических качеств.
10. Принцип сознательности и активности в физическом воспитании.
11. Принцип доступности и индивидуализации в физическом воспитании.
12. Принцип наглядности в физическом воспитании
13. Дидактические принципы в системе обучения двигательным действиям.
14. Этап начального разучивания двигательного действия.
15. Этап углубленного разучивания двигательного действия.
16. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного действия.
17. Скоростные способности и методика их воспитания.
18. Силовые способности и методика их воспитания.
19. Воспитание быстроты движений у школьников.
20. Воспитание выносливости у школьников.
21. Планирование в физическом воспитании.
22. Инновационные направления в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.

| |
|---|
| 23. Физическое воспитание детей от 3 до 6 лет. |
| 24. Игровой метод в физическом воспитании детей младшего школьного возраста. |
| 25. Формирование интереса к физической культуре. |
| 26. Коррекция недостатков телосложения у детей старшего школьного возраста. |
| 27. Формы и методы повышения двигательной активности детей старшего школьного возраста. |
| 5.3. Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.) |
| Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ |
| 5.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации |
| Проблемная лекция, круглый стол, реферат, доклад, тест, эссе, коллоквиум, вопросы для зачёта, вопросы для экзамена, курсовая работа |

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Эл. адрес |
|------|----------------------------------|---|--|---|
| Л1.1 | Неверкович С.Д. | Педагогика физической культуры и спорта: учебник для вузов | Москва: ИЦ Академия, 2010 | |
| Л1.2 | Балтрунас М.И., Быченков С.В. | Теория и методика обучения физической культуре: учебное пособие | Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019 | http://www.iprbookshop.ru/81323.html |
| Л1.3 | Витун Е.В., Витун В.Г. | Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов: учебное пособие | Оренбург: Оренбургский государственный университет; ЭБС АСВ, ИПК "Университет", 2017 | http://www.iprbookshop.ru/71324.html |
| Л1.4 | Матвеев Л.П. | Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта | Москва: Издательство "Спорт", 2020 | https://www.iprbookshop.ru/98646.html |
| Л1.5 | Михайлов С. П. | Пособие по решению физических задач: учебное пособие | Горно-Алтайск: БиЦ ГАГУ, 2023 | https://elib.gasu.ru/index.php?option=com_abook&view=book&id=5179:1141&catid=6:physics&Itemid=164 |

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Эл. адрес |
|------|---|---|---|---|
| Л2.1 | Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. | Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие | Москва: Академия, 2004 | |
| Л2.2 | Зациорский В.М. | Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания: учебник | Москва: Советский спорт, 2009 | |
| Л2.3 | Германов Г.Н. | Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры: учебное пособие | Воронеж: Элист, 2017 | http://www.iprbookshop.ru/52019.html |
| Л2.4 | Якимов А.М., Ревзон А.С. | Инновационная тренировка выносливости в циклических видах спорта: научно-методическое издание | Москва: Издательство «Спорт», 2018 | http://www.iprbookshop.ru/74294.html |
| Л2.5 | Готовцев Е.В., Анохина И.А., Козлов В.И. | Круговая тренировка в системе физического воспитания студентов: учебно-методическое пособие | Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2017 | http://www.iprbookshop.ru/72915.html |
| Л2.6 | Карась Т.Ю. | Теория и методика физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие | Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019 | http://www.iprbookshop.ru/85832.html |
| Л2.7 | Зациорский В.М. | Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания | Москва: Издательство "Спорт", 2020 | https://www.iprbookshop.ru/98647.html |
| Л2.8 | Кулиненко О. С., Лапшин И. А. | Биохимия в практике спорта: учебное пособие | Москва: Издательство «Спорт», 2022 | https://www.iprbookshop.ru/123410.html |

| 6.3.1 Перечень программного обеспечения | |
|--|---|
| 6.3.1.1 | Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ |
| 6.3.1.2 | MS Office |
| 6.3.1.3 | MS WINDOWS |
| 6.3.2 Перечень информационных справочных систем | |
| 6.3.2.1 | Межвузовская электронная библиотека |
| 6.3.2.2 | Электронно-библиотечная система IPRbooks |
| 6.3.2.3 | База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета» |

| 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ | |
|--------------------------------------|-------------------|
| | проблемная лекция |
| | круглый стол |

| 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | | |
|---|---|---|
| Номер аудитории | Назначение | Основное оснащение |
| 212 А2 | Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации | Рабочее место преподавателя. Посадочные места для обучающихся (по количеству обучающихся), ученическая доска, кафедра |
| 207 А4 | Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы | Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся) |

| 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |
|--|
| <p>Приступая к изучению дисциплины «Теория физической культуры и спорта», студенты должны ознакомиться с рабочей программой, учебной и методической литературой, имеющейся в библиотеке ГАГУ. Получить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия в библиотеке. В ходе подготовки к практическим занятиям изучить основную литературу. При написании реферата использовать методические рекомендации для написания рефератов и курсовых.</p> <p>По дисциплине «Теория физической культуры и спорта» по разным темам предусмотрено выполнение рефератов, докладов и других форм работ.</p> <p>При подготовке к практическим занятиям студент может использовать как рекомендованную литературу, так и доступные электронные ресурсы, которые он должен указать в ссылках.</p> <p>Изученный материал систематизируется в ответах студента в форме конспективных записей, составлении докладов, написании рефератов по предложенным темам.</p> <p>Аннотация – (от лат. Annotatio – замечание) – краткая характеристика издания: рукописи, монографии, статьи или книги. Аннотация показывает отличительные особенности и достоинства издаваемого произведения, помогает читателям сориентироваться в их выборе. Аннотация даёт ответ на вопрос: «О чём говорится в первичном документе?» Перед текстом аннотации присутствуют выходные данные (автор, название, место и время издания) в номинативной форме. Аннотация содержит основную тему статьи или книги, кроме этого она может перечислять (называть) основные положения описываемого источника. Аннотация может не упоминать субъект действия (предполагая, что он известен из контекста), и содержать пассивные конструкции – глагольные и причастные.</p> <p>Конспектирование – (от лат. cons-pectus – обзор, очерк), краткое письменное изложение содержания статьи, книги, лекции, включающее в себя основные положения и их обоснование фактами, примерами и т. д. В процессе конспектирования учатся выделять главное, последовательно излагать материал, устанавливать связи между отдельными положениями.</p> <p>Конспектирование развивает логическое мышление.</p> <p>Анализ – (др.-греч. ἀνάλυσις – разложение, расчленение) – операция мысленного или реального расчленения целого (вещи, свойства, процесса или отношения между предметами) на составные части, выполняемая в процессе познания или предметно-практической деятельности человека. Метод анализа позволяет получить необходимую информацию о структуре объекта исследования, а также выделить из общей массы фактов те, которые непосредственно относятся к рассматриваемому вопросу.</p> |