

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

15 июня 2023 г., протокол УМС №5

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БЛОК

### Теория и методика физической культуры

#### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Теории физической культуры**

Учебный план b490301-СпТрен-23-1.plx  
Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
Направленность (профиль): Спортивная тренировка

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **13 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	468	Виды контроля в семестрах: экзамены 5, 4 зачеты 2 курсовые работы 4
в том числе:		
аудиторные занятия	256	
самостоятельная работа	140	
часов на контроль	72	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Неделя	18 1/6		17 1/6		17 2/6		17 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	32	32	32	32	32	32	32	32	128	128
Практические	32	32	32	32	32	32	32	32	128	128
Итого ауд.	64	64	64	64	64	64	64	64	256	256
Контактная работа	64	64	64	64	64	64	64	64	256	256
Сам. работа	44	44	44	44	8	8	44	44	140	140
Часы на контроль					36	36	36	36	72	72
Итого	108	108	108	108	108	108	144	144	468	468

Программу составил(и):

*к.п.н., профессор, Обухов С.М.; к.п.н., доцент, Лосев В.Ю.*

Рабочая программа дисциплины

**Теория и методика физической культуры**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направленность (профиль): Спортивная тренировка

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 15.06.2023 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Теории физической культуры**

Зав. кафедрой к.п.н., доцент Лосев В.Ю.

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	Сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по рекреации и спортивно-оздоровительному туризму, заложить необходимые для этого знания, научить пользоваться ими, сформировать компетенции;
1.2	добиться прочного усвоения студентами знаний, составляющих содержание современной общей теории и методики физической культуры и спорта на уровне, соответствующем квалификации бакалавра;
1.3	воспитать у будущих бакалавров способность обобщенно осмысливать информацию, относящуюся к научно-теоретическим основам и прикладно-методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования;
1.4	сформировать у студентов умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности специалиста по адаптивной физической культуре и спорту (особенно принципиальных положений, от реализации которых в решающей мере зависит направленная оптимизация эффектов физкультурной и спортивной деятельности).
1.5	Сформировать навыки:
1.6	планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры;
1.7	учёта физиологических характеристик нагрузки и анатомо-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий;
1.8	осуществления профессиональной физкультурно-спортивной и рекреационной деятельности в соответствии со стандартами дополнительного образования;
1.9	анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки;
1.10	планирования научных исследований по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.04.02
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Анатомия человека
2.1.2	Физиология человека
2.1.3	Физическая культура и спорт
2.1.4	Адаптация к физическим нагрузкам в спорте
2.1.5	Методика развития физических качеств на уроках физической культуры
2.1.6	Гимнастика с методикой преподавания
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Учебная практика, педагогическая практика
2.2.2	Производственная практика, тренерская практика
2.2.3	Теория физической подготовки
2.2.4	Планирование тренировочного процесса

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<b>ОПК-14.1:</b> Осуществляет планирование, методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов
<b>ОПК-14.2:</b> Осуществляет контроль тренировочного и образовательного процессов
<b>ОПК-9.1:</b> Осуществляет контроль физического развития, физической подготовленности и техники выполнения физических упражнений
<b>ОПК-6.2:</b> Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности

**ОПК-4.1: Выбирает оптимальные формы занятий, типы нагрузок, разрабатывает комплексы физических упражнений, направленные на гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня специальной физической подготовленности**

**ОПК-4.2: Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок**

**ОПК-4.3: Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию**

**ОПК-1.1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры**

**ОПК-1.2: Учитывает физиологические характеристики нагрузки и анатомио-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	Планирование, методическое обеспечение тренировочного и образовательного процессов
3.1.2	Основы контроля тренировочного и образовательного процессов
3.1.3	Основы контроля физического развития, физической подготовленности и техники выполнения физических упражнений
3.1.4	Проектирование ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности
3.1.5	Правила выбора оптимальных форм занятий, типы нагрузок, разработки комплексы физических упражнений, направленные на гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня специальной физической подготовленности
3.1.6	Планирование занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок
3.1.7	Планирование и организацию участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию
3.1.8	Способы планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры
3.1.9	Физиологические характеристики нагрузки и анатомио-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	Осуществлять контроль тренировочного и образовательного процессов
3.2.2	Осуществлять контроль физического развития, физической подготовленности и техники выполнения физических упражнений
3.2.3	Проектировать ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности
3.2.4	Выбирать оптимальные формы занятий, типы нагрузок, разрабатывает комплексы физических упражнений, направленные на гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня специальной физической подготовленности
3.2.5	Разрабатывать планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок
3.2.6	Планировать и организовывать участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию
3.2.7	Планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры

3.2.8	Учитывать физиологические характеристики нагрузки и анатомо-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	Осуществлением планирования, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов
3.3.2	Осуществлением контроля тренировочного и образовательного процессов
3.3.3	Осуществлением контроля физического развития, физической подготовленности и техники выполнения физических упражнений
3.3.4	Проектированием ситуаций и событий, формирующих осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности
3.3.5	Выбором оптимальных форм занятий, типов нагрузок, разработкой комплексов физических упражнений, направленные на гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня специальной физической подготовленности
3.3.6	Разработкой планов занятий и наиболее эффективных методик проведения тренировок
3.3.7	Планированием и организацией участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию
3.3.8	Планированием содержания занятий с учетом положений теории физической культуры
3.3.9	Учетом физиологических характеристик нагрузки и анатомо-физиологических особенностей занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1. Общие основы теории физической культуры</b>					
1.1	Общая характеристика системы физической культуры /Лек/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2 Л1.4Л2.2Л3.1 Э1	
1.2	Общая характеристика системы физической культуры /Пр/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.3	Общая характеристика системы физической культуры /Ср/	2	3	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Э1	
1.4	ТМФК как научная и учебная дисциплина. Значимость теоретико-методических основ профессии /Лек/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2 Л1.4Л2.1 Э1	
1.5	ТМФК как научная и учебная дисциплина. Значимость теоретико-методических основ профессии /Пр/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.6	ТМФК как научная и учебная дисциплина. Значимость теоретико-методических основ профессии /Ср/	2	3	ОПК-4.2	Л1.2Л3.1 Э1	
1.7	Виды, разновидности и структура ФК в обществе. Тенденции ее современного развития /Лек/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1	
1.8	Виды, разновидности и структура ФК в обществе. Тенденции ее современного развития /Пр/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Э1	
1.9	Виды, разновидности и структура ФК в обществе. Тенденции ее современного развития /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.1Л3.2 Э1	
1.10	Общие и специфические функции физической культуры /Лек/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2 Л1.4Л2.2 Э1	
1.11	Общие и специфические функции физической культуры /Пр/	2	2	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2 Э1	
1.12	Общие и специфические функции физической культуры /Ср/	2	3	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2Л3.6 Э1	

1.13	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию /Лек/	2	2	ОПК-4.2	Л1.2 Л1.4Л2.2Л3.4 Э1
1.14	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию /Пр/	2	2	ОПК-4.2	Л1.4Л2.1 Э1
1.15	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию /Ср/	2	3	ОПК-4.2	Л1.4Л2.3 Э1
1.16	Средства в физическом воспитании /Лек/	2	4	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.2 Л2.4Л3.3 Э1
1.17	Средства в физическом воспитании /Пр/	2	2	ОПК-1.1	Л1.4Л2.3 Э1
1.18	Средства в физическом воспитании /Ср/	2	6	ОПК-1.1	Л1.4Л2.4Л3.1 Э1
1.19	Основы обучения двигательным действиям /Лек/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.2 Э1
1.20	Основы обучения двигательным действиям /Пр/	2	2	ОПК-1.1	Л1.4Л2.1 Э1
1.21	Основы обучения двигательным действиям /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.4Л3.3 Э1
1.22	Методы в физическом воспитании /Лек/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.2 Э1
1.23	Методы в физическом воспитании /Пр/	2	2	ОПК-1.1	Л1.4Л2.1 Э1
1.24	Методы в физическом воспитании /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.2Л3.3 Э1
1.25	Сила и методика их развития /Лек/	2	4	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-9.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Э1
1.26	Сила и методика их развития /Пр/	2	4	ОПК-1.1	Л1.4Л2.4 Э1
1.27	Сила и методика их развития /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.4Л3.4 Э1
1.28	Быстрота и методика ее развития /Лек/	2	2	ОПК-1.1 ОПК-9.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1
1.29	Быстрота и методика ее развития /Пр/	2	4	ОПК-1.1	Л1.1Л2.2 Э1
1.30	Быстрота и методика ее развития /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.1Л2.4 Э1
1.31	Выносливость и методика ее развития /Лек/	2	2	ОПК-1.1 ОПК-14.1 ОПК-14.2 ОПК-9.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1
1.32	Выносливость и методика ее развития /Пр/	2	4	ОПК-1.1	Л1.1Л2.3 Э1
1.33	Выносливость и методика ее развития /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.2Л2.4Л3.4 Э1
1.34	Направленное воздействие в процессе ФВ на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения /Лек/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1

1.35	Направленное воздействие в процессе ФВ на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Э1	
1.36	Координационные способности и методика их развития /Лек/	2	2	ОПК-1.1 ОПК-14.1 ОПК-14.2	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1	
1.37	Координационные способности и методика их развития /Пр/	2	2	ОПК-1.1	Л1.4Л2.4 Э1	
1.38	Координационные способности и методика их развития /Ср/	2	3	ОПК-1.1	Л1.1Л2.4Л3.4 Л3.5 Э1	
1.39	Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания /Лек/	2	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.4Л2.1 Л2.2 Э1	
1.40	Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания /Пр/	2	2	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.1Л2.2 Э1	
1.41	Формирование специальных знаний в процессе физического воспитания /Ср/	2	2	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
1.42	/Контр.раб./	2	0	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.2 Л1.4Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.3 Л3.4 Л3.5	Выполнение контрольной работы
1.43	/Зачёт/	2	0	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-14.1 ОПК-14.2 ОПК-9.1	Л1.1 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5	Зачёт
1.44	Значение физического воспитания детей школьного возраста /Лек/	3	2	ОПК-4.2 ОПК-6.2	Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.5 Э1	
1.45	Значение физического воспитания детей школьного возраста /Пр/	3	2	ОПК-4.2	Л1.1Л2.1 Э1	
1.46	Значение физического воспитания детей школьного возраста /Ср/	3	5	ОПК-4.2	Л1.4Л2.1Л3.1 Э1	
1.47	Формы организации занятий физическими упражнениями /Лек/	3	2	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.3Л2.2 Э1	
1.48	Формы организации занятий физическими упражнениями /Пр/	3	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Э1	
1.49	Формы организации занятий физическими упражнениями /Ср/	3	5	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Э1	
1.50	Общие сведения об уроке /Лек/	3	2	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.51	Общие сведения об уроке /Пр/	3	4	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.4Л2.2 Э1	
1.52	Общие сведения об уроке /Ср/	3	5	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.53	Подготовка к уроку /Лек/	3	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Э1	
1.54	Подготовка к уроку /Пр/	3	4	ОПК-1.1	Л1.1Л2.2 Э1	
1.55	Подготовка к уроку /Ср/	3	5	ОПК-1.1	Л1.2 Э1	
1.56	Проведение урока /Лек/	3	6	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2	Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	

1.57	Проведение урока /Пр/	3	4	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.58	Проведение урока /Ср/	3	6	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.4Л2.2Л3.1 Э1	
1.59	Педагогический анализ занятий по физическому воспитанию /Лек/	3	6	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2Л3.3 Э1	
1.60	Педагогический анализ занятий по физическому воспитанию /Пр/	3	6	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Э1	
1.61	Педагогический анализ занятий по физическому воспитанию /Ср/	3	6	ОПК-1.1	Л1.1Л2.2 Э1	
1.62	Планирование в физическом воспитании /Лек/	3	6	ОПК-1.1 ОПК-14.1	Л1.2Л2.2 Э1	
1.63	Планирование в физическом воспитании /Пр/	3	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Э1	
1.64	Планирование в физическом воспитании /Ср/	3	6	ОПК-1.1	Л1.1Л3.1 Э1	
1.65	Контроль в физическом воспитании /Лек/	3	4	ОПК-1.1 ОПК-14.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Э1	
1.66	Контроль в физическом воспитании /Пр/	3	4	ОПК-1.1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1	
1.67	Контроль в физическом воспитании /Ср/	3	6	ОПК-1.1 ОПК-9.1	Л1.4Л2.2Л3.1 Э1	
1.68	/Контр.раб./	3	0	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.2 Л2.4Л3.2 Л3.3	Выполнение контрольной работы
1.69	Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста /Лек/	4	4	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1	
1.70	Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста /Пр/	4	4	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.71	Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста /Ср/	4	1	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.72	Физическая культура в средних профессиональных образовательных учреждениях /Лек/	4	6	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	
1.73	Физическая культура в средних профессиональных образовательных учреждениях /Пр/	4	6	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2 Э1	
1.74	Физическая культура в средних профессиональных образовательных учреждениях /Ср/	4	1	ОПК-4.2	Л1.1Л2.2 Э1	
1.75	Физическая культура студенческой молодежи /Лек/	4	8	ОПК-4.2	Л1.2 Л1.3Л2.2 Э1	
1.76	Физическая культура студенческой молодежи /Пр/	4	6	ОПК-4.2	Л1.4 Э1	
1.77	Физическая культура студенческой молодежи /Ср/	4	2	ОПК-4.2	Л1.4Л2.1Л3.2 Э1	
1.78	Физическая культура людей молодого и зрелого возраста /Лек/	4	10	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1	
1.79	Физическая культура людей молодого и зрелого возраста /Пр/	4	8	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2 Э1	



1.80	Физическая культура людей молодого и зрелого возраста /Ср/	4	2	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2 Э1	
1.81	Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста /Лек/	4	4	ОПК-4.2	Л1.2Л2.2Л3.2 Э1	
1.82	Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста /Пр/	4	8	ОПК-4.2	Л1.1Л2.2 Э1	
1.83	Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста /Ср/	4	2	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2 Э1	
1.84	Курсовая работа /КР/	4	0	ОПК-1.1 ОПК-4.2 ОПК-14.1 ОПК-14.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6	Подготовка и защита курсовой работы
1.85	/Экзамен/	4	36	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2 ОПК-14.1 ОПК-14.2 ОПК-6.2 ОПК-9.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Л3.3 Л3.4	Экзамен
1.86	Введение в теорию спорта. Возникновение и состояние современного спорта /Лек/	5	4	ОПК-4.2 ОПК-6.2	Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.3 Э1	
1.87	Введение в теорию спорта. Возникновение и состояние современного спорта /Пр/	5	4	ОПК-4.2 ОПК-6.2	Л1.1Л2.1 Л2.2Л3.2 Э1	
1.88	Введение в теорию спорта. Возникновение и состояние современного спорта /Ср/	5	4	ОПК-4.2	Л1.4Л2.2Л3.4 Э1	
1.89	Основные направления в развитии спортивного движения /Лек/	5	4	ОПК-14.1	Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	
1.90	Основные направления в развитии спортивного движения /Пр/	5	4	ОПК-14.1	Л1.4Л2.2Л3.2 Э1	
1.91	Основные направления в развитии спортивного движения /Ср/	5	6	ОПК-14.1	Л1.1Л2.2Л3.4 Э1	
1.92	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства, общие и специальные принципы /Лек/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-1.2	Л1.2Л2.1 Л2.2 Э1	
1.93	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства, общие и специальные принципы /Пр/	5	4	ОПК-1.1	Л1.3Л2.2 Л2.4 Э1	
1.94	Спортивная тренировка – цель, задачи, средства, общие и специальные принципы /Ср/	5	6	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2Л3.4 Э1	
1.95	Подготовка спортсмена в процессе тренировки Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и задачи /Лек/	5	4	ОПК-1.1	Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1	
1.96	Подготовка спортсмена в процессе тренировки Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и задачи /Пр/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-14.1 ОПК-14.2	Л1.2Л2.2 Л2.4Л3.4 Э1	
1.97	Подготовка спортсмена в процессе тренировки Основные разделы подготовки спортсмена. Цель и задачи /Ср/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-4.1	Л1.2Л2.2 Л2.3Л3.4 Э1	

1.98	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Лек/	5	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1	
1.99	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Пр/	5	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Л2.4Л3.4 Э1	
1.100	Подготовка спортсмена в процессе тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки /Ср/	5	6	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Л2.4Л3.4 Э1	
1.101	Основы построения процесса спортивной подготовки. СП как многолетний процесс и ее структура /Лек/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-4.1 ОПК-4.2	Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1	
1.102	Основы построения процесса спортивной подготовки. СП как многолетний процесс и ее структура /Пр/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-4.3	Л1.3Л2.2Л3.5 Э1	
1.103	Основы построения процесса спортивной подготовки. СП как многолетний процесс и ее структура /Ср/	5	8	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Л2.4Л3.5 Э1	
1.104	Технология планирования в спорте /Лек/	5	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.4 Э1	
1.105	Технология планирования в спорте /Пр/	5	8	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Э1	
1.106	Технология планирования в спорте /Ср/	5	6	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Л2.4Л3.5 Э1	
1.107	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Лек/	5	4	ОПК-1.1 ОПК-14.2 ОПК-9.1	Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.5 Э1	
1.108	Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена /Ср/	5	4	ОПК-1.1	Л1.2Л2.2 Л2.3Л3.6 Э1	
1.109	/Контр.раб./	5	0	ОПК-1.1 ОПК-4.2	Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6	Выполнение контрольной работы
1.110	/Экзамен/	5	36	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2 ОПК-4.3 ОПК-14.1 ОПК-14.2 ОПК-6.2 ОПК-9.1	Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.2 Л3.3 Л3.4 Л3.5 Л3.6 Э1	Экзамен

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

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

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Холодов Ж. К., Кузнецов В.С.	Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура"	М.: Академия, 2009	17
Л1.2	Холодов Ж. К., Кузнецов В. С.	Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование"	Москва: Академия, 2012	17
Л1.3	Железняк Ю. Д., Кулишенко И. В., Крякина Е. В.	Методика обучения физической культуре: учебник	Москва: Издательский центр "Академия", 2013	5
Л1.4	Карась Т. Ю.	Теория и методика физической культуры и спорта: Учебно- практическое пособие	Комсомольск-на- Амуре: Амурский гуманитарно- педагогический государственный университет, 2012, электронный ресурс	1
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Матвеев Л. П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 032100 - "Физическая культура" и по специальности 032101 - "Физическая культура и спорт"	Москва: Советский спорт, 2010	6
Л2.2	Курамшин Ю. Ф.	Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт"	Москва: Советский спорт, 2010	10
Л2.3	Зациорский В.М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания	Издательство «Спорт», 2019, электронный ресурс	1
Л2.4	Платонов В.Н.	Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография	Москва: Спорт, 2019, электронный ресурс	2
<b>6.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Обухов С. М.	Рабочая тетрадь по теории и методике физической культуры: Рабочая учеб. прогр. для студентов фак. физ.	Сургут: Изд-во СурГУ, 2000	5
Л3.2	Лосев В. Ю.	Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры: учебно- методическое пособие по теории физической культуры и спорта	Сургут: Издательство СурГУ, 2005	69
Л3.3	Снигирев А. С., Обухов С. М., Шимшиева О. Н., Мальков М. Н.	Методика тренировки и обучения в легкой атлетике: учебно- методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2013	80
Л3.4	Обухов С. М.	Теория физической подготовки: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2014, электронный ресурс	2

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
ЛЗ.5	Обухов С. М.	Планирование тренировочного процесса: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2016, электронный ресурс	2
ЛЗ.6	Обухов С. М.	Теория физической подготовки: методические рекомендации	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2019, электронный ресурс	1

#### **6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"**

Э1	Теория и практика физической культуры <a href="http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/">http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/</a>
----	--

#### **6.3.1 Перечень программного обеспечения**

6.3.1.1	Операционные системы Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

#### **6.3.2 Перечень информационных справочных систем**

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>
---------	--

6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>
---------	---

### **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (проектор, компьютер). Читальные залы Научной библиотеки БУ ВО Ханты- Мансийского автономного округа-Югры "Сургутский государственный университет".
-----	--