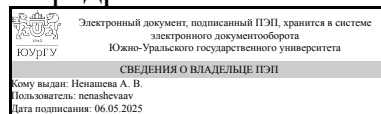


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



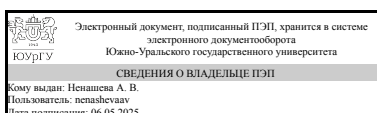
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.07.01 Возрастные особенности физического воспитания
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

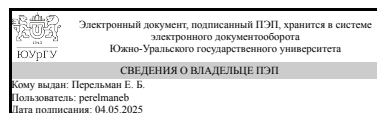
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.биол.н., доцент



Е. Б. Перельман

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: Знать особенности физического воспитания в различные периоды жизни.

Задачи: 1.Изучить особенности адаптации к физическим нагрузкам и резервные возможности организма людей разного возраста; 2. Сформировать представление о возрастных особенностях развития детей и подростков разного пола; 3.Сформировать представления об анатомо-физиологических отличиях организма подростков от организма взрослого; 4.Изучить особенности проведения занятий физической культурой у всех возрастных категорий населения.

Краткое содержание дисциплины

Возрастные особенности физического воспитания на разных этапах развития человека. Возрастные особенности развития детей и подростков. Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. Цель, формы и содержание проведения занятий физической культурой у всех возрастных категорий населения.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает: показатели физической подготовленности, классификацию методов и средств физического воспитания с учетом возрастных особенностей обучающихся. Умеет: осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. Имеет практический опыт: решения поставленных задач в области физического воспитания с учетом возрастных особенностей обучающихся.
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: показатели физической подготовленности, классификацию методов и средств физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Умеет: применять методы и средства физического воспитания с различным контингентом занимающихся с учетом их возрастных, половых и индивидуальных возможностей, состояния здоровья, уровнем физической подготовленности.
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	Знает: возрастную периодизацию, средства, методы, принципы, формы обучения в соответствии с полом, возрастом, уровнем подготовленности в области физической культуры и спорта. Умеет: осуществлять отбор содержания учебного материала для его реализации в различных формах обучения. Имеет практический опыт: разрабатывать

	различные формы учебных занятий с учетом возрастных особенностей.
ПК-2 Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	Знает: воспитательные цели, основы проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации. Умеет: применять способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности. Имеет практический опыт: реализации воспитательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся.
ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Знает: принципы проектирования, передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности. Умеет: реализовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность с учетом возрастных особенностей обучающихся. Имеет практический опыт: владения современными передовыми проектными технологиями, выполнения учебно-проектной деятельности.
ПК-6 Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Знает: методики и современные технологии педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Умеет: выбирать способы консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей. Имеет практический опыт: применения методик и современных технологий педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
ПК-7 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	Знает: основные меры профилактики детского травматизма. Умеет: применять здоровье сберегающие технологии в учебном процессе. Имеет практический опыт: использования здоровье сберегающих технологий в учебном процессе.
ПК-9 Способен планировать, организовывать, контролировать и координировать образовательный процесс	Знает: основы планирования и проведения занятий по физической воспитанию с учетом возрастных особенностей занимающихся людей. Умеет: планировать, организовывать, контролировать и координировать свою деятельность в ходе решения задач в области физического воспитания. Имеет практический опыт: анализа образовательной среды, определения цели деятельности субъектов образовательного процесса, с учетом их возрастных особенностей и определения способов ее достижения при организации занятий по физическому воспитанию.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Физиология физического воспитания и спорта, Методика обучения и воспитания, Теория и методика физической культуры, Средства и системы оздоровления детей и подростков, Физическая культура и спорт	Не предусмотрены

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Методика обучения и воспитания	Знает: способы взаимодействия педагога с различными субъектами педагогического процесса; методику организации индивидуального подхода к учащимся на уроке; формы организации учащихся в урочное и внеурочное время. , характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся; закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образовательного процесса; принципы построения конспекта, технологической карты урока физической культуры в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока; формы и методы обучения и воспитания., формы организации учащихся в урочное и внеурочное время; принципы построения конспекта, технологической карты урока физической культуры в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока; современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья., процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, предоставления, распространения информации и способы реализации таких процессов и методов., приоритетные направления развития системы образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере образования в Российской Федерации, нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральные государственные образовательные стандарты начального, основного, среднего общего образования., принципы проектирования учебных программ, структуру и содержание технологически карт по физической культуре; организацию образовательного процесса

	пофизической культуре в образовательных организациях общего образования; организацию деятельности учащихся, направленной на обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности., закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образовательного процесса., принципы проектирования учебных программ по физической культуре, структуру и содержание технологических карт по физической культуре; основные направления организации образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего образования., принципы и порядок разработки учебно-программной документации по учебно-воспитательному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; современные методы и технологии обучения и диагностики, их сущность и назначение, подходы к оцениванию образовательных достижений школьников, виды и способы контроля., современные методы и технологии обучения и диагностики, их сущность и назначение, подходы к оцениванию образовательных достижений школьников, виды и способы контроля. , систему базовых национальных ценностей, структуру, содержание и основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности, задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и вне учебной деятельности. модели нравственного поведения в профессиональной деятельности, педагогические закономерности организации образовательного процесса; содержание Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования; структуру и содержание программ по физической культуре; основы методики преподавания физической культуры в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности., основы методики преподавания предмета «Физическая культура», основные принципы деятельностного подхода, определяемые ФГОС общего образования; формы, методы и средства обучения физической культуре; особенности проектирования образовательного процесса по физической культуре в разных образовательных учреждениях., постановку воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета. Умеет: работать
--	--

в коллективе, решать конкретные задачи в комплексе воспитательных и учебных задач, учитывать в педагогическом взаимодействии различные особенности учащихся; осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей; взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ. , разрабатывать рабочую программу по предмет на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение; осуществлять отбор содержания обучения, в соответствии с целями и возрастными особенностями обучающихся., осуществлять и обеспечивать в урочное и внеурочное обучение пути реализации программ обучения предмету, использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья., выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности., применять основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики; строить образовательные отношения в соответствии с правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности., осваивать ресурсы образовательных систем и проектировать образовательные программы; составлять конспекты (технологические карты) уроков, внеклассных мероприятий; определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и внеучебного времени., проектировать элементы образовательной программы, формулировать дидактические цели и задачи обучения и реализовывать их в образовательном процессе, организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных., осваивать ресурсы образовательных систем и проектировать образовательные программы; составлять конспекты (технологические карты) уроков, внеклассных мероприятий; планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и

дополнительной общеобразовательной программой; определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и внеучебного времени; участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий). , пользоваться современными методами диагностики в различных образовательных учреждениях для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса, организовывать проблемно-поисковую, проектную, исследовательскую и иные виды учебно-познавательной деятельности учащихся; осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении., анализировать проведенные занятия (уроки физической культуры) по базовым видам спорта, для установления соответствия содержания, методов и средств, поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении., обеспечивать взаимосвязь образовательных и воспитательных задач в учебно-воспитательном процессе, организовывать учебную и вне учебную деятельность обучающихся; осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей. , реализовывать учебные программы по физической культуре в различных образовательных учреждениях; организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. , проектировать элементы образовательной программы, рабочую программу по физической культуре; формулировать дидактические цели и задачи обучения и реализовывать их в образовательном процессе по физической культуре, планировать, моделировать и реализовывать различные организационные формы в процессе обучения физической культуре., осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность в учебной и внеурочной

деятельности. Имеет практический опыт: владения методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке; различными формами организации учащихся в урочное и внеурочное время., построения конспекта, технологической карты урока физической культуры в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока., взаимодействия педагога с различными субъектами педагогического процесса; владения методикой организации индивидуального подхода к учащимся на уроке., владение навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности., применения действий по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики в условиях реальных педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования., составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; планирования и проведение занятий по учебному предмету «Физическая культура»; планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности., участия в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывая отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий); составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, составления конспектов, технологических карт урока по физической культуре; планирования и проведение занятий по учебному предмету «Физическая культура», планирования внеурочных занятий, мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации., проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия, урока и фрагмента

	физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств изучаемых базовых видов спорта; разработки методического обеспечения учебного процесса; планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера, осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении., проведения педагогического контроля эффективности занятия по физической культуре (хронометрирования, пульсометрии, педагогического наблюдения); владения современными методиками и технологиями, в том числе и информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса., владения способами и методами организации сотрудничества обучающихся и воспитанников в учебно-воспитательном процессе., реализации учебных программ в различных образовательных учреждениях; организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера., применять умения по планированию, проектированию образовательного процесса, проведения учебных занятий; выбора методов и средств обучения физической культуры., демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).
Физиология физического воспитания и спорта	Знает: понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; основные технологии поиска и сбора информации; способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов., основы физиологии физического воспитания, кардиопульмональную систему, статокINETическую устойчивости и опорно-двигательного аппарата при внешних

	воздействиях., технологию осуществления поиска и систематизации научной информации., технологию осуществления поиска и систематизации научной информации; основные закономерности физиологических процессов, протекающих в организме человека при различных физических нагрузках., методы физиологического тестирования изменений в процессе образовательной деятельности. Умеет: работать с информацией, представленной в различной форме; обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; обосновывать решение задач физиологии физического воспитания и спорта с позиций системного подхода; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач., оценивать эффективность занятий физической культурой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения., соотносить теоретические знания с содержанием практики спортивно-оздоровительных технологий; оценивать эффективность занятий физической культурой., анализировать информационные ресурсы по исследованиям в сфере ФКиС, отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок., оценивать динамику физиологических процессов при образовательной деятельности. Имеет практический опыт: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам физиологии физического воспитания и спорта., владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС., владения навыками самостоятельной организации исследований, в том числе обучения других методикам проведения исследований в сфере ФКиС., методом критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития ФКиС и эффективности физкультурно-спортивной деятельности., владения методиками контроля и координации за физиологическими функциями при осуществлении образовательной деятельности.
Теория и методика физической культуры	Знает: особенности планирования, организации и контроля образовательной и развивающей деятельности в физическом воспитании и спортивной тренировке., общие положения и понятия дисциплины, основные показатели

физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели., исторические и социокультурные особенности формирования систем физической культуры в мировом пространстве и на территории России, основные философские методологические подходы к формированию теоретических и методических основ физической культуры с учетом религиозных учений и этических норм, принятых в тех или иных социальных стратах., семантику базовых понятий теории физической культуры, может на основе системного и критического мышления аргументированно формировать собственную интерпретацию решения методических задач в процессе физического воспитания и спортивной тренировки, готов к оценке результатов педагогических процессов в сфере физической культуры., основополагающие принципы проектирования, особенности проектных технологий в физическом воспитании и спортивной тренировке., правила безопасного поведения на занятиях физическими упражнениями в различных условиях, принципы дозирования адекватной возможностям занимающихся физической нагрузки, основы оказания первой доврачебной помощи при травмах., основополагающие и частные принципы физического воспитания и спортивной тренировки, структуру, состав и особенности средств, методов и педагогических условий эффективного решения педагогических задач в сфере физической культуры. Умеет: спланировать, осуществить и оценить эффективность деятельности субъектов образовательного процесса в различных педагогических условиях в физическом воспитании и спортивной тренировке., самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; проводить занятия по общей физической подготовке; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности., эффективно использовать исторический потенциал традиционных форм, средств и методов физического воспитания и спорта различных этно-культурных слоев общества., выявить факторы, позволяющие решить педагогические задачи в физическом воспитании и спортивной тренировке, подобрать необходимые средства, методы и условия, на них воздействующие, и определить степень результативности применения выбранных средств и методов в

	практической педагогической деятельности в сфере физической культуры., спланировать, замотивировать занимающихся и реализовать индивидуальную или совместную учебно-проектную деятельность в физическом воспитании и спортивной тренировке., применить на практике меры профилактики травматизма, грамотно дозировать параметры физической нагрузки, внедрить в практическую работу здоровьеформирующие педагогические технологии; оказать первую доврачебную помощь., осуществлять выбор образовательных стратегий в соответствии с требованиями ФГОС ОО, конкретными задачами и особенностями состояния занимающихся, осуществлять рефлексии эффективности применяемых средств и методов. Имеет практический опыт: управления коллективом учащихся, формирования у них учебно-познавательной мотивации к физической активности в рамках урочной и внеурочной деятельности., владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., конструктивно взаимодействовать с занимающимися и коллегами с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера., анализа и синтеза информации из различных сфер знания в направлении повышения эффективности частных процессов физического воспитания и спортивной тренировки., использования передовых педагогических и информационных технологий в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в физическом воспитании и спортивной тренировке., оказания первой доврачебной помощи при травмах, реализации здоровьеформирующих педагогических технологий и оценки их эффективности., осуществления планирования, организации и контроля эффективности различных форм занятий в рамках физического воспитания и спортивной тренировки.
Средства и системы оздоровления детей и подростков	Знает: оценку влияния различных средств и систем оздоровления., способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам оздоровительного влияния различных средств и

систем., значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений и оздоровительных средств на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; противопоказания к применению различных средств и систем оздоровления; основы контроля и самооценки уровня функционального состояния., основы здоровьесбережения с применением средств и систем оздоровления., особенности применения средств контроля и самоконтроля функционального состояния и здоровья обучающихся., структуру, состав основных оздоровительных средств, их дидактические компоненты., особенности применения средств и систем оздоровления при обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья., особенности средств и систем оздоровления детей и подростков, варианты их применения в образовательном процессе., средства и системы оздоровления детей и подростков; принципы проектирования оздоровительной деятельности. Умеет: применять логические формы и процедуры самооценки своего самочувствия и функционального состояния., ставить воспитательные цели, проектировать воспитательную деятельность в соответствии с требованиями ФГОС ОО и необходимостью оздоровления., формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; определять ожидаемые результаты решения задач; разрабатывать различные виды планов по реализации физкультурно-оздоровительных программ; осуществлять планирование профилактических, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом их целей и задач; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; проводить оценку ресурсного обеспечения профилактической, физкультурно-оздоровительной работы; ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., определять факторы, необходимые для оказания доврачебной помощи обучающимся., корректировать план образовательного процесса

	в соответствии с результатами диагностики функционального состояния и здоровья обучающихся., осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО и принципом оздоровительной направленности., включать методики и технологии психолого-педагогического сопровождения, оздоровления обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в план учебно-воспитательного процесса., применять методы анализа педагогической ситуации для ее коррекции с помощью средств и систем оздоровления детей и подростков., использовать передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся с включением средств и систем оздоровления. Имеет практический опыт: анализировать источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений о пользе и вариантах реализации средств и систем оздоровления., выбора способов организации и оценки различных видов внеурочной деятельности с точки зрения оценки их оздоровительного влияния., планирования и реализации циклов физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности; планирования профилактической оздоровительной работы, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; планирования и проведения научного исследования по определению эффективности профилактической оздоровительной деятельности., оценки рисков травматизма в учебно-воспитательном процессе., разработки образовательных программ различных уровней обучения с внедрением современных средств и систем оздоровления., разрабатывать различные формы учебно-оздоровительных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения в оздоровительной работе., выбора способов оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам оздоровления., проектирования учебно-воспитательного процесса с опорой научно-обоснованные закономерности применения средств и систем оздоровления детей и подростков., разработки и реализации индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в сфере оздоровления.
Физическая культура и спорт	Знает: воспитательные задачи физического воспитания., значение физической культуры как

фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; основы планирования и проведения занятий по физической культуре и спорту, основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. , технику безопасности при проведении занятий по физической культуре., значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели, требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности обучающихся. Умеет: осуществлять воспитание волевых качеств занимающихся., самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре и спорту с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., использовать средства и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, вести работу по предупреждению травматизма., самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем,

	оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. Имеет практический опыт: формирования потребности в ежедневных физических упражнениях., планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности; поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., применения рациональных приемов двигательных функций в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности., проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по физической культуре, самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности.
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 54,25 ч.
контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		7
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	48	48
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	53,75	53,75
Подготовка презентации и доклада по темам дисциплины	15	15
Изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	15	15

Подготовка к зачету	23,75	23.75
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Возрастные особенности физического воспитания. Цель и содержание на разных этапах развития человека	10	4	6	0
2	Особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста	18	4	14	0
3	Организация и проведение занятий физической культурой для студенческой молодежи	10	4	6	0
4	Характерные возрастные особенности физического воспитания людей зрелого и пожилого возраста. Методики и современные технологии педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	10	4	6	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-4	1	Возрастные особенности физического воспитания. Цель и содержание на разных этапах развития человека	4
5-8	2	Особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста	4
9-12	3	Основные задачи в воспитании физических способностей студентов	4
13-16	4	Характерные особенности физического воспитания людей зрелого и пожилого возраста. Методики и современные технологии педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	4

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-4	1	Возрастные особенности физического воспитания в различные периоды жизни	6
5-8	2	Особенности проведения занятий по физическому воспитанию детей дошкольного и школьного возраста	6
78	2	Особенности проведения занятий по физическому воспитанию учащихся среднего и старшего школьного возраста	6
79	2	Особенности проведения занятий по физическому воспитанию детей младшего школьного возраста	2
9-12	3	Физическое воспитание студенческой молодежи.	6
13-16	4	Характерные особенности занятий физической культурой и спортом для людей зрелого и пожилого возраста. Методики и современные технологии педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными	6

		возможностями здоровья.	
--	--	-------------------------	--

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка презентации и доклада по темам дисциплины	ПУЭМД: Осн. лит. 1: С. 230-460; ЭУМД: Осн. лит. 1: С. 3-47 ; осн. лит2: С. 5-123 ; осн. лит. 3: С. 74-142, С. 157-237, С. 266-297. Глобальная сеть Интернет	7	15
Изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ПУЭМД: Осн. лит. 1: С. 230-460; ЭУМД: Осн. лит. 1: С. 3-47 ; осн. лит2: С. 5-123 ; осн. лит. 3: С. 74-142, С. 157-237, С. 266-297. Глобальная сеть Интернет	7	15
Подготовка к зачету	ПУЭМД: Осн. лит. 1: С. 230-460; ЭУМД: Осн. лит. 1: С. 3-47 ; осн. лит2: С. 5-123 ; осн. лит. 3: С. 74-142, С. 157-237, С. 266-297. Глобальная сеть Интернет	7	23,75

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	7	Текущий контроль	тест нок	0	10	Тест ТМФКС НОК, содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста 10 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 6 баллов за тест.	зачет
2	7	Текущий контроль	Устный опрос 1	15	5	5 баллов: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры не только из рекомендуемой литературы, но и самостоятельно составленные, демонстрирует способности анализа и	зачет

					высокий уровень самостоятельности. 4 балла: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры и демонстрирует высокий уровень самостоятельности, устанавливает причинно-следственные связи обсуждаемых проблем. 3 балла: студент слабо ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, преимущественно корректно использует терминологический аппарат, недостаточно доказательно и полно обосновывает свои суждения, с затруднением приводит свои примеры. 2 балла: студент не ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры к своим суждениям. 1 балл: студент не ориентируется в материале, допускает грубые ошибки в определении понятий, 0 баллов: студент не дает ответ на поставленный вопрос	
3	7	Текущий контроль	Задание 1 Таблица "Возрастная периодизация"	20	5 5 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 4 балла: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3 балла: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения	зачет

					информации. 2 балла: студент не ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры к своим суждениям. 1 балл: студент не ориентируется в материале, допускает грубые ошибки в определении понятий, 0 баллов: студент не выполнил задание	
4	7	Текущий контроль	Задание 2 Защита проекта	30	5 5 баллов: выступающий свободно ориентируется в представляемом материале, без опоры на письменный текст; выступление соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно, выводы обоснованы, все необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены, на вопросы преподавателя дается полный и развернутый ответ 4 балла: выступающий достаточно свободно ориентируется в представляемом материале, иногда обращаясь к письменному тексту; работа соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно, выводы сделаны частично или не всегда обоснованы, необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены не в полном объеме, на вопросы преподавателя дается понятный ответ. 3 балла: выступающий не вполне убедителен и уверен в представляемом материале, текст доклада читается; работа частично соответствует теме, идеи сформулированы не четко, есть недочеты в логике и полноте изложения, выводы обоснованы не убедительно, так как не все необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены, на вопросы преподавателя даются краткие и несодержательные ответы. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал 1 балл: работа не соответствует теме, идеи сформулированы нечетко, нелогично и обрывочно, выводов нет, ответы на	зачет

						вопросы выступающий дать затрудняется. 0 баллов: задание не выполнено.	
5	7	Текущий контроль	Устный опрос 2	15	5	5 баллов: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры не только из рекомендуемой литературы, но и самостоятельно составленные, демонстрирует способности анализа и высокий уровень самостоятельности. 4 балла: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры и демонстрирует высокий уровень самостоятельности, устанавливает причинно-следственные связи обсуждаемых проблем. 3 балла: студент слабо ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, преимущественно корректно использует терминологический аппарат, недостаточно доказательно и полно обосновывает свои суждения, с затруднением приводит свои примеры. 2 балла: студент не ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры 1 балл: студент не ориентируется в материале, допускает грубые ошибки в определении понятий, 0 баллов: студент не дает ответ на поставленный вопрос	зачет
6	7	Текущий контроль	Задание 3	20	5	5 баллов: студент демонстрирует полное понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры не только из рекомендуемой литературы, но и самостоятельно составленные, демонстрирует способности анализа и высокий уровень самостоятельности. 4 балла: студент демонстрирует полное	зачет

					понимание материала, дает верные определения основных понятий, корректно использует терминологический аппарат, может обосновать свои суждения, приводит примеры и демонстрирует высокий уровень самостоятельности, устанавливает причинно-следственные связи обсуждаемых проблем. 3 балла: студент слабо ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, преимущественно корректно использует терминологический аппарат, недостаточно доказательно и полно обосновывает свои суждения, с затруднением приводит свои примеры. 2 балла: студент не ориентируется в материале, допускает ошибки и неточности в определении основных понятий, некорректно использует терминологический аппарат, не приводит примеры к своим суждениям.		
7	7	Промежуточная аттестация	зачет в форме итогового тестирования	-	20	Промежуточная аттестация проходит в форме компьютерного тестирования. Тест содержит 20 вопросов. Время выполнения - 20 минут. Количество попыток 2. Максимальная оценка - 20 баллов. Зачтено от 12 до 20 баллов. Незачтено от 0 до 17 баллов.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме компьютерного тестирования. Преподаватель открывает доступ к тесту, озвучивая это обучающимся. Итоговый тест содержит 20 заданий по всем темам курса. Время тестирования - 20 минут. Максимальная оценка за тест - 20 баллов. Тест считается успешно пройденным, если студент дал не менее 60 % правильных ответов (не менее 12 баллов). Обучающиеся решают тест. По истечении времени тестирования преподаватель озвучивает результаты.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ KM						
		1	2	3	4	5	6	7
УК-1	Знает: показатели физической подготовленности, классификацию методов и средств физического воспитания с учетом возрастных особенностей обучающихся.	+	+	+	+	+	+	+
УК-1	Умеет: осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	+	+	+	+	+	+	+
УК-1	Имеет практический опыт: решения поставленных задач в области физического воспитания с учетом возрастных особенностей обучающихся.			+	+		+	
УК-7	Знает: показатели физической подготовленности, классификацию методов и средств физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	+	+		+	+	+	+
УК-7	Умеет: применять методы и средства физического воспитания с различным контингентом занимающихся с учетом их возрастных, половых и индивидуальных возможностей, состояния здоровья, уровнем физической подготовленности.				+		+	+
ПК-1	Знает: возрастную периодизацию, средства, методы, принципы, формы обучения в соответствии с полом, возрастом, уровнем подготовленности в области физической культуры и спорта.		+	+	+	+	+	+
ПК-1	Умеет: осуществлять отбор содержания учебного материала для его реализации в различных формах обучения.			+	+		+	
ПК-1	Имеет практический опыт: разрабатывать различные формы учебных занятий с учетом возрастных особенностей.				+			
ПК-2	Знает: воспитательные цели, основы проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации.				+	+		+
ПК-2	Умеет: применять способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности.				+			
ПК-2	Имеет практический опыт: реализации воспитательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся.				+			
ПК-5	Знает: принципы проектирования, передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности.				+			
ПК-5	Умеет: реализовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность с учетом возрастных особенностей обучающихся.				+			
ПК-5	Имеет практический опыт: владения современными передовыми проектными технологиями, выполнения учебно-проектной деятельности.				+			
ПК-6	Знает: методики и современные технологии педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.					+	+	+
ПК-6	Умеет: выбирать способы консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.						+	
ПК-6	Имеет практический опыт: применения методик и современных технологий педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.						+	
ПК-7	Знает: основные меры профилактики детского травматизма.					+	+	+
ПК-7	Умеет: применять здоровье сберегающие технологии в учебном процессе.				+		+	
ПК-7	Имеет практический опыт: использования здоровье сберегающих технологий в учебном процессе.						+	
ПК-9	Знает: основы планирования и проведения занятий по физической воспитанию с учетом возрастных особенностей занимающихся людей.				+			

ПК-9	Умеет: планировать, организовывать, контролировать и координировать свою деятельность в ходе решения задач в области физического воспитания.				+		
ПК-9	Имеет практический опыт: анализа образовательной среды, определения цели деятельности субъектов образовательного процесса, с учетом их возрастных особенностей и определения способов ее достижения при организации занятий по физическому воспитанию.				+		

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Теория и методика физической культуры Учебник для вузов по специальности 022300 "Физическая культура и спорт" Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева и др.; Под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с.

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Конспекты лекций по дисциплине Возрастные особенности физического воспитания

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Конспекты лекций по дисциплине Возрастные особенности физического воспитания

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Ретюнских, М. Е. Теоретико-методические основы физкультурного образования : учебное пособие / М. Е. Ретюнских, Т. С. Гришина, Н. П. Грачев. — Воронеж : ВГАС, 2022. — 193 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253754 (дата обращения: 04.05.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Файзрахманов, И. И. Теория и методика физического воспитания обучающихся : учебно-методическое пособие / И. И. Файзрахманов, И. Г. Хурамшин, С. С. Русакова. — Казань : Поволжский ГУФКСИТ, 2024. — 163 с. — ISBN 978-5-6052968-7-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная

			система. — https://e.lanbook.com/book/452099
3	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Лобастова, М. А. Теория и методика физического воспитания с практикумом : учебно-методическое пособие / М. А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/book/292118

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Лекции	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Зачет	303 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор; системный блок; колонки; мышь; клавиатура; сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет