

# МИНОБРНАУКИ РОССИИ

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

## Теория и методика физической культуры и спорта рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности</b>	
Учебный план	49.03.01_2022_1142-3Ф.plx 49.03.01 Физическая культура Физкультурное образование	
Квалификация	<b>бакалавр</b>	
Форма обучения	<b>заочная</b>	
Общая трудоемкость	<b>6 ЗЕТ</b>	

Часов по учебному плану	216	Виды контроля на курсах:
в том числе:		экзамены 4
аудиторные занятия	22	зачеты 3
самостоятельная работа	180,2	
часов на контроль	11,6	

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		4		Итого	
	уп	рп	уп	рп		
Лекции	8	8			8	8
Практические	10	10	4	4	14	14
Консультации (для студента)	0,8	0,8			0,8	0,8
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,15	0,15	0,25	0,25	0,4	0,4
Консультации перед экзаменом			1	1	1	1
В том числе инт.	8	8			8	8
Итого ауд.	18	18	4	4	22	22
Контактная работа	18,95	18,95	5,25	5,25	24,2	24,2
Сам. работа	121,2	121,2	59	59	180,2	180,2
Часы на контроль	3,85	3,85	7,75	7,75	11,6	11,6
Итого	144	144	72	72	216	216

Программу составил(и):

Кандидат исторических наук, доцент, Ельдепов Владислав Яковлевич



Рабочая программа дисциплины

**Теория и методика физической культуры и спорта**

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:

49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 26.05.2022 протокол № 5.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

**кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 09.06.2022 протокол № 10

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна



---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2023 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2024 г. № \_\_\_\_  
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

<b>1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
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.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.15
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	"Физическая культура и спорт".
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	"Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование", "Подвижные игры",
2.2.2	"Национальные виды спорта".

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>ОПК-2: Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>	
<b>ИД-1.ОПК-2: Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки</b>	
Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность (способности) ребенка	
<b>ОПК-3: Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b>	
<b>ИД-1.ОПК-3: Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования</b>	
<b>ОПК-4: Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</b>	
<b>ИД-1.ОПК-4: Выбирает оптимальные формы и типы нагрузок (силовой, локальный, динамический, статический). Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности</b>	
<b>ОПК-9: Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b>	
<b>ИД-1.ОПК-9: Знает закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся</b>	
Осуществляет контроль и оценку физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учетом индивидуальных особенностей занимающихся	
<b>ОПК-14: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</b>	
<b>ИД-1.ОПК-14: Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов</b>	
Осуществляет процесс планирования, на основе документов методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов	
<b>ИД-2.ОПК-14: Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов</b>	
Осуществляет основные виды планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Общие основы теории и методики физической культуры</b>						
1.1	Общие основы теории и методики физической культуры /Лек/	3	2	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.2 Л2.3 Л2.1	0	
1.2	Общие основы теории и методики физической культуры /Пр/	3	2	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.2 Л2.3 Л2.1	2	круглый стол
1.3	Общие основы теории и методики физической культуры /Ср/	3	61,2	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.2 Л2.3 Л2.1	0	
1.4	Теоретические основы методики физической культуры /Пр/	4	4	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 2. Возрастные особенности физического воспитания</b>						
2.1	Возрастные особенности физического воспитания /Лек/	3	4	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.2 Л2.3 Л2.1	2	Проблемная лекция

2.2	Возрастные особенности физического воспитания /Пр/	3	4	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2 Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
2.3	Возрастные особенности физического воспитания /Ср/	3	50	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2 Л2.2 Л2.3 Л2.1	0	
<b>Раздел 3. Теория спорта и методика подготовки спортсменов</b>							
3.1	Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Пр/	3	4	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2 Л2.2 Л2.3 Л2.1	4	Круглый стол
3.2	Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Лек/	3	2	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2 Л2.2 Л2.3 Л2.1	0	
3.3	Теория спорта и методика подготовки спортсменов /Ср/	3	10	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л1.2 Л2.2 Л2.3 Л2.1	0	
3.4	Теоретические основы методики обучения физической культуры /Ср/	4	59	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 4. Консультации</b>							
4.1	Консультация по дисциплине /Конс/	3	0,8	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1 Л2.2 Л2.3	0	

	<b>Раздел 5. Промежуточная аттестация (зачёт)</b>						
5.1	Подготовка к зачёту /Зачёт/	3	3,85	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	
5.2	Контактная работа /КСРАТТ/	3	0,15	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 6. Промежуточная аттестация (экзамен)</b>						
6.1	Подготовка к экзамену /Экзамен/	4	7,75	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	
6.2	Контроль СР /КСРАТТ/	4	0,25	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	
6.3	Контактная работа /КонсЭк/	4	1	ИД-1.ОПК-14 ИД-2.ОПК-14 ИД-1.ОПК-2 ИД-1.ОПК-9 ИД-1.ОПК-4 ИД-1.ОПК-3	Л1.1Л2.2 Л2.3	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к экзамену

1. Основные понятия в физической культуре.
2. Предмет теории и методики 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. Идеи 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 общественной 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.
35. Спорт: его сущность, общественные функции и основные разновидности.
36. Система основных понятий в теории спорта (спортивные тренировки, спортивная подготовка, тренированность, подготовленность, спортивная форма).
37. Особенности физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта.
38. Спортивно-техническая подготовка (задачи, средства, методы).
39. Роль спорта в системе социальных отношений. Функции спорта.
40. «Спортивная форма» и способы ее оценки.
41. Микроструктура спортивной тренировки: сущность, структура отдельных занятий и микроциклов, их классификация.
42. Мезоструктура спортивной тренировки: сущность, структура средних циклов тренировки, их классификация.
43. Классификация видов спорта на основе анализа факторов, обуславливающих спортивно-технические результаты спортсменов.
44. Закономерности развития спортивной формы как естественная основа периодизации тренировки.
45. Макроструктура спортивной тренировки (тренировочные циклы типа годовых и полугодовых).
46. Подготовительный период: его назначение, особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
47. Техническая подготовка спортсмена как многолетний процесс.
48. Соревновательный период: его назначение и особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
49. Тактика соревновательной деятельности спортсменов.
50. Переходный период: его назначение и особенности содержания в зависимости от специфики вида спорта.
51. Роль «модельных характеристик» в определении задач подготовки спортсменов.
52. Спортивный отбор: назначение, содержание, этапы.
53. Общая характеристика средств, используемых для решения задач подготовки спортсменов.
54. Особенности планирования в спортивной тренировке.
55. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в подготовке спортсменов.
56. Факторы, обуславливающие рост спортивных достижений.
57. Взаимосвязь специальных принципов, регламентирующих деятельность в процессе подготовки спортсменов.
58. Виды подготовки спортсмена.
59. Идеи, теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы спортивного движения.
60. Педагогическое значение спорта.

## 5.2. Темы письменных работ

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. Фонд оценочных средств

Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ

## 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	Балтрунас М.И., Быченков С.В.	Теория и методика обучения физической культуре: учебное пособие	Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/81323.html">http://www.iprbookshop.ru/81323.html</a>
Л1.2	Матвеев Л.П.	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта	Москва: Издательство «Спорт», 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/88519.html">http://www.iprbookshop.ru/88519.html</a>

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Зациорский В.М.	Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания: учебник	Москва: Издательство «Спорт», 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/88525.html">http://www.iprbookshop.ru/88525.html</a>
Л2.2	Михайлов С.С.	Биохимия двигательной деятельности: учебник для вузов и колледжей физической культуры	Москва: Издательство «Спорт», 2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/55577.html">http://www.iprbookshop.ru/55577.html</a>
Л2.3	Карась Т.Ю.	Теория и методика физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/85832.html">http://www.iprbookshop.ru/85832.html</a>

### 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	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks
6.3.2.3	Межвузовская электронная библиотека

**7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

	проблемная лекция	
	круглый стол	

**8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
310 А1	Лаборатория методики обучения безопасности жизнедеятельности. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Комплект муляжей, макет массогабаритный автомата Калашникова АК-74 (складной приклад), общевойсковой защитный комплект, проектор, ноутбук, экран
212 А2	Лаборатория методики обучения физической культуре. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнение курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Ноутбук, проектор, экран, стенд «Методические рекомендации по практической подготовке для студентов»
207 А4	Компьютерный класс. Помещение для самостоятельной работы	Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)

**9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Приступая к изучению дисциплины «Теория и методика физической культуры 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.

По дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта» по разным темам предусмотрено выполнение рефератов, докладов и других форм работ.

При подготовке к практическим занятиям студент может использовать как рекомендованную литературу, так и доступные электронные ресурсы, которые он должен указать в ссылках.

Изученный материал систематизируется в ответах студента в форме конспективных записей, составлении докладов, написании рефератов по предложенным темам.

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.

Конспектирование – (от лат. *cons-rectus* – 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.

Конспектирование развивает логическое мышление.

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.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

При выполнении самостоятельной работы с литературой у студента должен присутствовать навык теоретического анализа и обобщения специальной научной литературы по проблемам физической культуры.

Умение применить приобретенные знания для решения комплексных задач практического характера (составить таблицу, подготовить доклад, грамотно составить конспект).

Студент при самостоятельном изучении истории физической культуры и спорта главное внимание должен уделять реферированию и конспектированию литературных источников и выполнению письменной работы по одному из разделов учебной программы. Информационная база факультета обеспечивает студентам доступ к информационным ресурсам методического кабинета. Студент должен понимать роль истории физической культуры в развитии цивилизации и

связанные с ней современные социальные и этические проблемы. Иметь представление об истории в системе гуманитарного знания, владеть основами исторического мышления. Знания, полученные при самостоятельном изучении истории физической культуры и спорта позволят студентам выражать и обосновывать свою позицию и отношения к историческому прошлому. При составлении библиографического списка воспользуйтесь ГОСТ 7.0.5-2008. При подготовке реферата следует воспользоваться методическими рекомендациями.