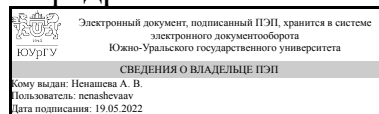


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



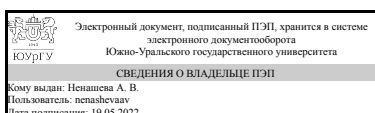
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П1.14.01 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

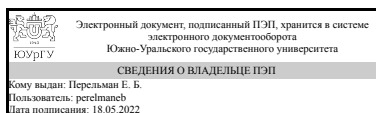
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

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-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-4 Способен осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам общего и среднего общего образования	Знает: возрастную периодизацию, средства, методы, принципы, формы обучения в соответствии с полом, возрастом, уровнем подготовленности в области физической культуры и спорта. Умеет: осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования. Имеет практический опыт: владения основными методиками преподавания физического воспитания с учетом возрастных особенностей занимающихся, осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования с учетом возрастных особенностей.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Теория и методика физической культуры	Средства и системы оздоровления детей и подростков, Физическая культура в общем образовании, Физическая культура в старшей школе, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

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

Дисциплина	Требования
Теория и методика физической культуры	Знает: технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта; методику организационно-методического сопровождение образовательного процесса., общие положения и понятия дисциплины, основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели. Умеет: определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся; применять инновационные методики физической культуры и спорта; осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования., 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. Имеет практический опыт: владения навыками разработки образовательных программ в области физической культуры и спорта; проведения занятий по физической культуре и спорту, спортивных и физкультурных мероприятий в области образования; осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования., владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения

	полноценной социальной и профессиональной деятельности.
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		5
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	35,75	35,75
с применением дистанционных образовательных технологий	0	
Изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	10	10
Подготовка презентации и доклада по темам дисциплины	10	10
Подготовка к зачету	15,75	15,75
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
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	8	4	4	0
2	Особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста	8	4	4	0
3	Организация и проведение занятий физической культурой для студенческой молодежи	8	4	4	0
4	Характерные возрастные особенности физического воспитания людей зрелого и пожилого возраста	8	4	4	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	4

		возраста	
9-12	3	Основные задачи в воспитании физических способностей студентов	4
13-16	4	Характерные особенности физического воспитания людей зрелого и пожилого возраста	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	4
5-8	2	Особенности проведения занятий по физическому воспитанию детей дошкольного и школьного возраста	4
9-12	3	Физическое воспитание студенческой молодежи.	4
13-16	4	Характерные особенности занятий физической культурой и спортом для людей зрелого и пожилого возраста	4

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
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	5	10
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	5	10
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	5	15,75

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	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитыва
------	----------	--------------	-----------------------	-----	------------	---------------------------	---------

			мероприятия				- ется в ПА
1	5	Текущий контроль	тест нок	10	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	5	Текущий контроль	Устный опрос 1	10	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 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	зачет
3	5	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:	зачет

					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 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	5	Текущий контроль	Задание 2 Защита презентации и доклад	30	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	зачет

					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 вопросы выступающий дать затрудняется. 0 баллов: задание не выполнено.	
5	5	Текущий контроль	Устный опрос 2	10	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,	зачет

						0 баллов: студент не дает ответ на поставленный вопрос	
6	5	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 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.	зачет
7	5	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	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	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.	
--	---	--

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ						
		1	2	3	4	5	6	7
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-4	Знает: возрастную периодизацию, средства, методы, принципы, формы обучения в соответствии с полом, возрастом, уровнем подготовленности в области физической культуры и спорта.		+	+	+	+	+	+
ПК-4	Умеет: осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования.				+			+
ПК-4	Имеет практический опыт: владения основными методиками преподавания физического воспитания с учетом возрастных особенностей занимающихся, осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования с учетом возрастных особенностей.				+			

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	Электронный каталог ЮУрГУ	Густомясова, Е. В. Возрастные особенности физического воспитания [Текст] : теория и методика водных видов спорта ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2011. - 112 с. URL: bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021110617444407238&skin=def1112DEFAULT&searchid=H3&sourcесcreen=INITREQ&pos=1&itempos=1
2	Дополнительная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Кокорева, Е. Г. Возрастные особенности детей и подростков [Текст] : учеб. пособие / Е. Г. Кокорева. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2006. - 83, [1] с. ил. URL: http://virtua.lib.susu.ru/bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021110617444407238&skin=def1112DEFAULT&searchid=H2&sourcесcreen=INITREQ&pos=1&itempos=1
3	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Зизикова, С. И. Методика обучения и воспитания физической культуре : учеб. пособие / С. И. Зизикова. - М.: Лань, 2019. — 124 с. URL: https://e.lanbook.com/book/154980
4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Тиссен, П. П. Теория и методика обучения физической культуре : учеб. пособие / П. П. Тиссен. - М.: Лань, 2018. - 128 с. // Лань : электронно-библиотечная система. URL: https://e.lanbook.com/book/154980
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Матвеев Л. П. , Теория и методика физической культуры (введение в теорию) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля. - 4-е изд. - М.: Лань, 2018. - 128 с. URL: https://e.lanbook.com/book/154980

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:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2020)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	202 (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
Экзамен	303 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.