Вопросы для самоподготовки по дисциплине «Теория и методика физической культуры»

1 курс (1 семестр)

1. Функции и формы физической культуры в обществе.
2. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания.
3. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания.
4. Сила и основы методики ее воспитания (определение сила, виды силы, сенситивные периоды развития силы, средства и методы воспитания силы).
5. Скоростные способности (быстрота) и основы методики их воспитания (определение быстроты, виды, сенситивные периоды развития, средства и методы воспитания скоростных способностей).
6. Выносливость и основы методики ее воспитания(понятие выносливости, виды выносливости, сенситивные периоды развития выносливости, средства и методы воспитания выносливости).
7. Гибкость и основы методики ее воспитания (определение гибкости, виды, сенситивные периоды развития, средства и методы воспитания гибкости).
8. Двигательно-координационные способности (ловкость) и основы методики их воспитания(понятие ловкости, ее составляющие, виды, сенситивные периоды развития, средства и методы воспитания двигательно-координационных способностей).
9. Физическое воспитание студенческой молодежи.
10. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.

Литература по курсу «Теория и методика физической культуры»

1. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб.пособие для вузов / Холодов Жорж Константинович, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2003. - 479 с. : ил. - (Высшее образование). - ISBN 5-7695-0853-1 (в пер.).

2. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 c. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/85832.html.

3. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019. — 160 c. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/95431.html.

4. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебное пособие / О. П. Кокоулина. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 c. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/11049.htm