

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета  
Р.А. Козлов  
«22» 09 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СО ШКОЛЬНИКАМИ**

Направление подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль программы  
Физическая культура

Уровень высшего образования – бакалавриат

Программа подготовки – прикладной бакалавриат

Форма обучения  
Очная

Факультет  
Кафедра  
Курс  
Семестр

*Физической культуры и спортивного мастерства*  
*Спортивного совершенствования*  
3  
5

Магнитогорск  
2017 г.

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом МОиН РФ от 04.12.2015 г. № 1426.

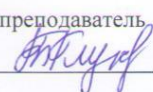
Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивного совершенствования  
«20» сентября 2017 г., протокол № 2

Зав. кафедрой  /В.В.Алонцев/

Рабочая программа одобрена методической комиссией факультета физической культуры и спортивного мастерства  
«22» сентября 2017 г., протокол № 1

Председатель  /Р.А. Козлов/

Рабочая программа составлена:

ст. преподаватель  
 /Т.Ф. Глухова/

Рецензент:

зав. кафедрой физической культуры  
ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», к.б. н., доцент  
 /Е. Г. Цапов/

### Лист регистрации изменений и дополнений

[illegible]

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Методика проведения занятий со школьниками» являются:

- приобретение теоретических и практических знаний специалиста по физическому воспитанию, которые предполагают готовность к реализации в своей работе современной концепции физкультурного образования – направленность воспитательно-образовательного процесса на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого подростка.

### **(модуля) в структуре образовательной программы подготовки бакалавра (магистра, специалиста)**

Дисциплина «Методика преподавания занятий со школьниками» входит в часть блока 1 образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура (Б1.Б.13.2).

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин «Физиология физического воспитания и спорта», «Методика проведения занятий с дошкольниками»

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для последующего изучения дисциплин «Физкультурно-спортивное совершенствование», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», прохождения Производственной практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Производственной педагогической практики, подготовки к итоговой государственной аттестации.

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины «Методика преподавания занятий со школьниками» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

| Структурный элемент компетенции                                                                                                             | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1: готовность созавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Знать                                                                                                                                       | - основные определения и понятия, такие как «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие» ...;<br>-социальную значимость физической культуры, ее влияние на растущий организм ребенка;<br>- место и роль физической культуры в развитии ребенка;<br>-средства, методы пропаганды и организации здорового и активного образа жизни среди детей;                                                                                                                                                                                                        |
| Уметь                                                                                                                                       | - мотивировать детей к регулярным занятиям физической культурой;<br>-планировать занятия и досуговые мероприятия с целью повышения мотивации и формирования интереса к физической культуре<br>-планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;<br>-приобретать знания в области физической культуры;<br>-корректно выражать и аргументированно обосновывать положения предметной области знания; |

| Структурный элемент компетенции                                                                                                                                                                              | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Владеть                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками организации исследования в профессиональной деятельности, профессионального самообразования и самоорганизации;</li> <li>-навыками планирования и организации занятий и мероприятий по физической культуре;</li> <li>-техникой речи (профессиональным языком) в процессе физкультурно-спортивных занятий, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументировано обосновывать различные положения;</li> <li>-средствами методами формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучающихся;</li> </ul> |
| ОПК-2: способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Знать                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>-роли и месте физической культуры и спорта в обеспечении здоровья эстетических, нравственных и духовных ценностях физической культуры и спорта;</li> <li>-дидактических закономерностях в физической культуре и спорте;</li> <li>-методике оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;</li> <li>-методике подготовки спортсменов;</li> <li>-возрастно-половых закономерностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков;</li> <li>-анатомо-физиологических, гигиенических и психолого-педагогических основах физического воспитания и спорта;</li> </ul>                                                                                                                         |
| Уметь                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методов;</li> <li>-осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</li> <li>- разрабатывать локальные нормативные акты по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                          |
| Владеть                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет психолого-педагогическими, медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся</li> <li>-навыками осуществления учебного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| ОПК-4: готовность к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Знать                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>-основные нормативно-правовые документы сферы образования</li> <li>-правовые нормы педагогической деятельности и образования;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Уметь                                                                                                                                                                                                        | -организовать собственную профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

| Структурный элемент компетенции                                                                                                        | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Владеть                                                                                                                                | -навыками реализации и толкования законов, и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| ПК-1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Знать                                                                                                                                  | -сущность и структуру образовательных программ по физической культуре, требований к ним;<br>- предмет физическая культура в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основных общеобразовательных программ, ее историю и местов мировой культуре и науке;<br>- программы и учебники по физической культуре;<br>- основы методики преподавания физической культуры и принципы деятельностного подхода                                                                                                                                                                                                                           |
| Уметь                                                                                                                                  | -планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой по физической культуре;<br>-разрабатывать учебные программы по профильному предмету на основе государственных образовательных стандартов;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Владеть                                                                                                                                | -особенностями организации учебно-воспитательного процесса при реализации образовательных программ в соответствии с требованиями образовательных стандартов по физической культуре;<br>- навыками планирования и проведения учебных занятий по физической культуре;<br>- навыками систематического анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению физической культуре;                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| ПК-2: готовность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Знать                                                                                                                                  | - роль и значение физической культуры в развитии личности и подготовке к жизни и профессиональной деятельности;<br>- средства и методы физической культуры и спорта<br>-современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы; основные подходы к реализации учебных программ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Уметь                                                                                                                                  | -использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения физической культуре в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования;<br>- разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по физической культуре с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события современности;<br>- применять современные образовательные технологии, включая информационные и проводить учебные занятия, опираясь на достижение этих технологий;<br>- использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий; |
| Владеть                                                                                                                                | -формами и методами обучения физической культуре, в том числе выходящими за рамки учебных занятий;<br>- навыками объективного оценивания знаний обучающихся физической культуре на основе тестирования и других методов контроля;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| Структурный<br>элемент<br>компетенции                                                                                                                                                                                                            | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-4: способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Знать                                                                                                                                                                                                                                            | -основы теории и методов управления образовательными системами, методики учебной работы, требования к оснащению и оборудованию спортивных залов и площадок, и средства обучения и их дидактические возможности в процессе физического воспитания;                                                                                                                                                                                                                 |
| Уметь                                                                                                                                                                                                                                            | -умеет оценивать образовательные результаты: формируемые в процессе физического воспитания предметные и метапредметные компетенции;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Владеть                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками формирования универсальных учебных действий в процессе занятий физической культурой;</li> <li>- навыками формирования общекультурных компетенций и понимания места предметов в общей картине мира</li> <li>- навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающихся по физической культуре;</li> </ul> |

#### 4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 77,1 акад. часов:
  - аудиторная – 72 акад. часов;
  - внеаудиторная – 5,1 акад. часов
- самостоятельная работа – 4,2 акад. часов;
- подготовка к экзамену – 26,7 акад. часа

| Раздел/ тема дисциплины                                                 | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                      | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                         |         | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                 |                                                                 |                                                                         |
| 1 Основы теории физического воспитания                                  | 5       |                                              |                  |                  |                                        |                                                                                                                                                 |                                                                 |                                                                         |
| 1.1 Цели и задачи предмета «Физическая культура»                        | 5       | 2                                            |                  | 2/2              |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками      | практическое занятие;<br>– устный опрос<br>-                    | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 1.2. Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе | 5       | 2                                            |                  | 2                |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>– | практическое занятие;<br>– устный опрос<br>-                    | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 1.3 Дидактические принципы и процессы предмет «Физическая культура» а   | 5       | 2                                            |                  | 2                | 1                                      | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.                                                                                             | – практическое занятие;<br>– устный опрос                       | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун                                                  |



| Раздел/ тема дисциплины                          | Семестр  | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                 | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код и структурный элемент компетенции                                                |
|--------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                  |          | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                            |                                                                 |                                                                                      |
|                                                  |          |                                              |                  |                  |                                        | – - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>–                                                   | –);<br>– проверка индивидуальных заданий;                       | ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун                                        |
| <b>Итого по разделу</b>                          | <b>5</b> | <b>6</b>                                     |                  | <b>6/2</b>       | <b>1</b>                               |                                                                                                                                            |                                                                 |                                                                                      |
| 2 Физическое воспитание детей школьного возраста | 5        |                                              |                  |                  |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками | практическое занятие;<br>– устный опрос<br>–                    | ОПК-2-зун<br>ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |

| Раздел/ тема дисциплины                                     | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                                                                         | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации                                                                              | Код и структурный элемент компетенции                                                |
|-------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                             |         | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                              |                                                                                      |
| 2.1 Физическое воспитание детей младшего школьного возраста | 5       | 4                                            |                  | 4                |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– семинарское занятие;</li> <li>– практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> <li>-</li> </ul> | ОПК-2-зун<br>ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 2.2 Физическое воспитание детей среднего школьного возраста | 5       | 4                                            |                  | 2/2              |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями,</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> <li>-</li> </ul>                                 | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун              |
| 2.3 Физическое воспитание детей среднего школьного возраста | 5       | 4                                            |                  | 2/2              | 1                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> <li>–;</li> </ul>                                  | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун              |

| Раздел/ тема дисциплины                                               | Семестр  | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                      | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации                                                                   | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|-----------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                       |          | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                   |                                                                         |
|                                                                       |          |                                              |                  |                  |                                        | –                                                                                                                                               |                                                                                                                                   |                                                                         |
| <b>Итого по разделу</b>                                               | <b>5</b> | <b>12</b>                                    |                  | <b>8/4</b>       | <b>1</b>                               |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                   |                                                                         |
| 3 Формы организации физического воспитания школьников                 | 5        |                                              |                  |                  |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками      |                                                                                                                                   | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 3.1 Урок физической культуры.                                         | 5        | 2                                            |                  | 4/2              |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>– | -практическое занятие;<br>– устный опрос (собеседование);<br>- проверка планов-конспектов;                                        | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 3.2 Физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня. | 5        | 2                                            |                  | 4                |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>– | -практическое занятие;<br>– устный опрос (собеседование);<br>- проверка комплексов;                                               | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 3.3 Внеклассные формы организации занятий.                            | 5        | 2                                            |                  | 4                | 1                                      | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками      | -практическое занятие;<br>– устный опрос (собеседование);<br>- проверка комплексов;<br>-проведение физкультминутки, физкультпаузы | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун             |

| Раздел/ тема дисциплины                                                              | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                 | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                      |         | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                            |                                                                 |                                                                         |
|                                                                                      |         |                                              |                  |                  |                                        | тронными библиотеками                                                                                                                      |                                                                 | ПК-4-зун                                                                |
| <b>Итого по разделу</b>                                                              |         | <b>6</b>                                     |                  | <b>12/2</b>      |                                        |                                                                                                                                            |                                                                 |                                                                         |
| 4 Урок- основная Форма организации занятий физическими упражнениями и его построение | 5       |                                              |                  |                  |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками |                                                                 | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 4.1 Урок как форма организации дидактических процессов                               | 5       | 2                                            |                  | 1/1              | -                                      | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками | устный опрос (собеседование);                                   | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 4.2 Содержание и структура урока физической культуры в школе.                        | 5       | 2                                            |                  | 1/1              |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками | -практическое занятие;<br>—                                     | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 4.3Формы организации деятельности педагога.                                          | 5       | 2                                            |                  | 1/1              | 1                                      | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение                                                        |                                                                 | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун                                     |

| Раздел/ тема дисциплины                                                                  | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                      | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                          |         | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                 |                                                                 |                                                                         |
|                                                                                          |         |                                              |                  |                  |                                        | учебной литературы. Работа с электронными библиотеками                                                                                          |                                                                 | ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун                                        |
| <b>Итого по разделу</b>                                                                  |         | 6                                            |                  | 3/3И             | 1                                      | –                                                                                                                                               |                                                                 |                                                                         |
| 5.Техналогия и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура» | 5       | 1                                            |                  | 1/1              |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками      |                                                                 | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 5.1 Методика урока физической культуры в школе                                           | 5       | 1                                            |                  |                  |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками      | -практическое занятие;<br>-                                     | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 5.2Технология преподавания и учения в системе предмета «Физическая культура» в школе.    | 5       |                                              |                  |                  |                                        | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>– | -практическое занятие;<br>-                                     | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |

| Раздел/ тема дисциплины                                                                                  | Семестр  | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                                                                                    | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации                                                                                                | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                          |          | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                         |
| 5.3 Отбор оптимального содержания и методов учебно воспитательного процесса на уроке физической культуры | 5        |                                              |                  |                  |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> <li>–</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-практическое занятие;</li> <li>- проверка планов-конспектов;</li> <li>-проведение урока физической культуры</li> </ul> | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| <b>Итого по разделу</b>                                                                                  | <b>5</b> | <b>2</b>                                     |                  | <b>4/4</b>       |                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                         |
| 6 Технология разработки документов планирование по физическому воспитанию                                | 5        |                                              |                  |                  |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> </ul>            |                                                                                                                                                                |                                                                         |
| 6.1 Общий план работы по физическому воспитанию                                                          | 5        |                                              |                  | 1/1              | -                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> <li>–</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> </ul>                                                                | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 6.2 Годовой план учебного процесса                                                                       | 5        | 1                                            |                  | 1/1              | -                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> <li>–</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> </ul>                                                              | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |

| Раздел/ тема дисциплины                                                | Семестр | Аудиторная контактная работа (в acad. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в acad. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                                                                                    | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации                                                                                               | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        |         | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                                                         |
| 6.3.Поурочный рабочий план на четверть                                 | 5       |                                              |                  |                  | -                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>-практическое занятие;</li> <li>– устный опрос</li> <li>-</li> </ul>                                                   | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 6.4 План-конспекта урока                                               | 5       | 1                                            |                  | 1                | -1                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> <li>–</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-практическое занятие;</li> <li>– устный опро);</li> </ul>                                                             | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| <b>Итого по разделу</b>                                                | 5       | 2                                            |                  | 3/2              |                                        | –                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |                                                                         |
| 7.Педагогический контроль в технологии учебно-воспитательного процесса | 5       |                                              |                  |                  |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками</li> <li>–</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>практическое занятие;</li> <li>- проверка планов-конспектов;</li> <li>-проведение урока физической культуры</li> </ul> | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| 7.1Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса               | 5       | 1                                            |                  | 1                |                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поиск дополнительной информации по заданной теме.</li> <li>– - Самостоятельное изучение</li> </ul>                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>практическое занятие;</li> <li>- проверка планов-конспектов;</li> <li>-проведение урока физической</li> </ul>          | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун                                     |

| Раздел/ тема дисциплины                                    | Семестр  | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |                  |                  | Самостоятельная работа (в акад. часах) | Вид самостоятельной работы                                                                                                                      | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации                                  | Код и структурный элемент компетенции                                   |
|------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------|------------------|------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                            |          | лекции                                       | лаборат. занятия | практич. занятия |                                        |                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                         |
|                                                            |          |                                              |                  |                  |                                        | учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>–                                                                                     | культуры                                                                                         | ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун                                        |
| 7.2 Виды и формы контроля в учебно-воспитательном процесса | 5        | 1                                            |                  | 2                | 0,2                                    | – Поиск дополнительной информации по заданной теме.<br>– - Самостоятельное изучение учебной литературы. Работа с электронными библиотеками<br>– | практическое занятие;<br>- проверка планов-конспектов;<br>- проведение урока физической культуры | ОПК-1-зун<br>ОПК-2-зун<br>ОПК-4-зун<br>ПК-1-зун<br>ПК-2-зун<br>ПК-4-зун |
| <b>Итого по разделу</b>                                    | <b>5</b> | <b>2</b>                                     |                  | <b>3</b>         | <b>0,2-</b>                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                         |
| <b>Итого по дисциплине</b>                                 | <b>5</b> | <b>36</b>                                    |                  | <b>36/14</b>     | <b>4,2</b>                             |                                                                                                                                                 | Экзамен, тестирование, защита курсовой работы                                                    |                                                                         |

И – в том числе, часы, отведенные на работу в интерактивной форме.



## **5 Образовательные и информационные технологии**

Дисциплина «Методика проведения занятий со школьниками» реализуется в форме лекционных и практических занятий.

В ходе изучения дисциплины используются образовательные и информационные технологии:

1. Традиционные технологии обучения, предполагающие передачу информации в готовом виде, формирование учебных умений по образцу: лекция-изложение, лекция-объяснение, практические занятия.

Использование традиционных технологий обеспечивает ориентирование студента в потоке информации, связанной с различными подходами к определению сущности, содержания, методов, форм развития и саморазвития личности; самоопределение в выборе оптимального пути и способов личностно-профессионального развития; систематизацию знаний, полученных студентами в процессе аудиторной и самостоятельной работы. Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных средств. Практические занятия обеспечивают развитие и закрепление умений и навыков определения целей, и задач саморазвития, а также принятия наиболее эффективных решений по их реализации.

2. Интерактивные формы обучения, предполагающие организацию обучения как продуктивной творческой деятельности в режиме взаимодействия студентов друг с другом и с преподавателем

Использование интерактивных образовательных технологий способствует повышению интереса и мотивации учащихся, активизации мыслительной деятельности и творческого потенциала студентов, делает более эффективным усвоение материала, позволяет индивидуализировать обучение и ввести экстренную коррекцию знаний.

В рамках дисциплины «Методика проведения занятий со школьниками» предусматривается 14 часов аудиторных занятий, проводимых в интерактивной форме.

При проведении практических занятий используются групповая работа, технология коллективной творческой деятельности, технология сотрудничества, обсуждение проблемы в форме дискуссии, дебаты, круглый стол. Данные технологии обеспечивают высокий уровень усвоения студентами знаний, эффективное и успешное овладение умениями и навыками в предметной области, формируют познавательную потребность и необходимость дальнейшего самообразования, позволяют активизировать исследовательскую деятельность, обеспечивают эффективный контроль усвоения знаний.

3. Возможности образовательного портала ФГБОУ ВО «МГТУ» для предоставления студентам графика самостоятельной работы, расписания консультаций, заданий для самостоятельного выполнения и рекомендуемых тем для самостоятельного изучения.

Методика, предлагаемая для изучения дисциплины «Методика проведения занятий со школьниками» ориентирована на лекции проблемно-информационного характера, практические занятия исследовательского типа и подготовку рефератов.

Используемые образовательные технологии позволяют активно применять в учебном процессе интерактивные формы проведения занятий (разбор конкретных ситуаций, дискуссии, круглые столы), что способствует формированию и развитию профессиональных навыков обучающихся. Применяемые в процессе изучения дисциплины поисковый и исследовательский методы в полной мере соответствуют требованиям ФГОС по реализации компетентностного подхода.

## 6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

По дисциплине «Методика проведения занятий со школьниками» предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся.

### *Перечень тем для подготовки к семинарским занятиям:*

1. Обучения младших школьников элементам игры в баскетбол.
2. Подвижные игры в физическом воспитании младших школьников.
3. Формирование двигательных умений и воспитание физических качеств на уроках физической культуры у младших подростков.
4. Формирования двигательных умений и навыков в физическом воспитании.
5. Круговая тренировка в структуре урока физической культуры в старшем школьном возрасте.
6. Развитие физических качеств школьников разного возраста. (Сила, быстрота, выносливость, ловкость)
7. Методика развития силы у детей младшего школьного возраста. (Сила, быстрота, выносливость, ловкость,)
8. Игра как фактор развития познавательных процессов младших школьников.
9. Основы развития выносливости у старших школьников.
10. Особенности методики развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста.
11. Особенности методики совершенствования выносливости у школьников младшего возраста.
12. Развитие выносливости у старших школьников.
13. Развитие силы у школьников.
14. Средства и методы развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста.
15. Воспитание осанки у школьников.
16. Организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в общеобразовательной школе. Возраст школьников по выбору.
17. Внеклассные формы физического воспитания детей школьного возраста.
18. Развитие быстроты у школьников различного возраста.
19. Развитие скоростно-силовых качеств у школьников различного возраста
20. Развитие выносливости у школьников различного возраста.
21. Развитие гибкости у школьников различного возраста.
22. Методика развития физических качеств у детей дошкольного возраста (по выбору студентов).
23. Скоростные способности и методика их воспитания.
24. Воспитание быстроты движений у школьников.
25. Игровой метод в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.
26. Формы и методы повышения двигательной активности детей старшего школьного возраста.

### Тест

1. . В школьном возрасте использование большого разнообразия Физических упражнений базируется на основе положений, которые отражены в *общих принципах* отечественной системы физического воспитания. Укажите эти принципы среди нижеприведенных:
  - 1) принцип всестороннего развития личности, принцип связи Физического воспитания с трудовой и военной практикой, принцип оздоровительной направленности;
  - 2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;

- 3) принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания, принцип циклического построения занятий;
  - 4) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.
2. . Под двигательной активностью понимают:
- 1) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;
  - 2) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся;
  - 3) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;
  - 4) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства.
3. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс:
- 1) незначительно увеличивается;
  - 2) значительно увеличивается;
  - 3) остается без изменения;
  - 4) все более уменьшается.
4. Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе (младшие классы):
- 1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
  - 2) урок физической культуры;
  - 3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час);
  - 4) секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.
5. В младшем школьном возрасте упражнения на скорость выполняют:
- 1) 3-4 с;
  - 2) 6-8 с;
  - 3) 15 с;
  - 4) 20-25 с.
6. В младшем школьном возрасте из методов упражнения преимущество отдается:
- 1) расчлененному методу;
  - 2) целостному методу;
  - 3) сопряженному методу;
  - 4) методам стандартного упражнения.
7. В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста по возможности надо исключать:
- 1) упражнения на выносливость;
  - 2) упражнения на частоту движений;
  - 3) упражнения, статические напряжения;
  - 4) скоростно-силовые упражнения.
8. Отличительной особенностью физкультурных занятий в начальной школе является *акцент* на решение:
- 1) оздоровительных задач;
  - 2) образовательных задач;
  - 3) воспитательных задач;
  - 4) задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания.
9. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста *в первую очередь* следует уделять внимание развитию:
- 1) активной и пассивной гибкости;
  - 2) максимальной частоты движений;

- 3) силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;
  - 4) простой и сложной двигательной реакции.
10. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:
- 1) а) слабую, б) среднюю, в) сильную;
  - 2) а) основную, б) подготовительную, в) специальную;
  - 3) а) без отклонений в состоянии здоровья; б) с отклонениями в состоянии здоровья;
  - 4) а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.
11. . Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:
- 1) физкультурной группой;
  - 2) основной медицинской группой;
  - 3) спортивной группой;
  - 4) здоровой медицинской группой.
12. Группа, которая формируется из учащихся, имеющих незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья (без существенных функциональных нарушений), а также недостаточную физическую подготовленность, называется:
- 1) группой общей физической подготовки;
  - 2) физкультурной группой;
  - 3) средней медицинской группой;
  - 4) подготовительной медицинской группой.
13. . Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:
- 1) специальной медицинской группой;
  - 2) оздоровительной медицинской группой;
  - 3) группой лечебной физической культуры;
  - 4) группой здоровья.
14. . Укажите среди нижеприведенных основную форму организации занятий физическими упражнениями с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья:
- 1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
  - 2) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня («оздоровительный час на свежем воздухе»);
  - 3) урок физической культуры;
  - 4) индивидуальные занятия различными физическими упражнениями в домашних условиях (оздоровительная аэробика, шейпинг, стретчинг, атлетическая гимнастика и др.).
15. . В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем полностью исключаются:
- 1) гимнастические упражнения;
  - 2) легкоатлетические упражнения;
  - 3) подвижные игры и лыжная подготовка;
  - 4) акробатические упражнения и упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными статическими напряжениями.
16. . Хороший тренирующий эффект в физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем дают двигательные режимы при ЧСС
- 1) 90-100 уд/мин;
  - 2) 110-125 уд/мин;
  - 3) 130—150 уд/мин;
  - 4) 160—175 уд/мин.

17. В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем величина физической нагрузки на уроке физической культуре контролируется:
- 1) по пульсу (по частоте сердечных сокращений);
  - 2) по частоте дыхания;
  - 3) по внешним признакам утомления детей;
  - 4) по пульсу, дыханию и внешним признакам утомления детей.
18. Уроки физической культуры в общеобразовательной школе проводятся, как правило:
- 1) 1 раз в неделю;
  - 2) 2 раза в неделю;
  - 3) 3 раза в неделю;
  - 4) 4 раза в неделю.
19. Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет:
- 1) 30—35 мин;
  - 2) 40—45 мин;
  - 3) 50—55 мин;
  - 4) 1 ч.
20. В системе физического воспитания школьников физкультминутки и физкультпаузы проводятся:
- 1) на общеобразовательных уроках при появлении первых признаков утомления у учащихся;
  - 2) на уроках физической культуры при переходе от одного физического упражнения к другому;
  - 3) в спортивных секциях и секциях ОФП, как средство активного отдыха;
  - 4) после окончания каждого урока (на переменах).
21. Укажите среди нижеприведенных основную цель проведения физкультминуток и физкультпауз на общеобразовательных уроках в школе:
- 1) повышение уровня физической подготовленности;
  - 2) снятие утомления, повышение продуктивности умственной или физической работы, предупреждение нарушения осанки;
  - 3) укрепление здоровья и совершенствование культуры движений;
  - 4) содействие улучшению физического развития.
22. Укажите, какие задачи решаются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.
- 1) образовательные;
  - 2) воспитательные;
  - 3) оздоровительные;
  - 4) образовательные, воспитательные, оздоровительные.
23. В основной части урока физической культуры вначале:
- 1) закрепляются и совершенствуются усвоенные ранее двигательные умения и навыки;
  - 2) разучиваются новые двигательные действия или их элемент;
  - 3) выполняются упражнения, требующие проявления выносливости;
  - 4) выполняются упражнения, требующие проявления силы.
24. Упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, выполняются:
- 1) в водной части урока;
  - 2) в подготовительной части урока;
  - 3) в начале основной части урока;
  - 4) в середине или конце основной части урока.
25. В рамках школьного урока физической культуры основная часть обычно длится:

- 1) 15-18 мин;
  - 2) 20 мин;
  - 3) 25—30 мин;
  - 4) 35 мин.
26. . Укажите длительность заключительной части урока физической культуры в общеобразовательной школе:
- 1) 10 мин;
  - 2) 7 мин;
  - 3) 3—5 мин;
  - 4) 1—2 мин.
27. . Для поддержания эмоционального тонуса и закреплении пройденного на уроке физической культуры материала преподавателю следует завершать основную часть: 47
- 1) упражнениями на гибкость;
  - 2) подвижными играми и игровыми заданиями;
  - 3) просмотром учебных видеофильмов;
  - 4) упражнениями на координацию движений.
28. . На уроке физической культуры работоспособность организма под влиянием физических нагрузок изменяется. Укажите, какой части урока соответствует фаза устойчивой функциональной работоспособности с небольшими колебаниями в сторону ее увеличения и снижения:
- 1) вводной;
  - 2) подготовительной;
  - 3) основной;
  - 4) заключительной.
29. . Укажите, с какой целью проводятся физкультурные паузы в системе физического воспитания учащихся средних специальных учебных заведений:
- 1) предупреждения утомления и восстановления работоспособности учащихся;
  - 2) профилактики заболеваний;
  - 3) повышения уровня физической подготовленности;
  - 4) совершенствования двигательных умений и навыков.
30. На уроках физической культуры наиболее благоприятная температура в спортивном зале должна быть в пределах:
- 1) 12-13 °С;
  - 2) 14—16 °С;
  - 3) 18-20 °С;
  - 4) 22-24 °С.
31. . Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры:
- 1) фронтальный;
  - 2) поточный;
  - 3) одновременный;
  - 4) групповой.
32. . Укажите, какое количество часов в год отводится программой по физическому воспитанию на уроки физической культуры в общеобразовательной школе:
- 1) 48 ч;
  - 2) 56 ч;
  - 3) 68 ч;
  - 4) 105 ч.
33. . Укажите оптимальное количество общеразвивающих упражнений для подготовительной части урока физической культуры:

- 1) 4—5 упражнений;
  - 2) 8—10 упражнений;
  - 3) 14—15 упражнений;
  - 4) 16—18 упражнений.
34. . Как называется способ проведения общеразвивающих упражнений, при котором весь комплекс упражнений выполняется занимающимися непрерывно, без остановок, причем конечное! положение предыдущего упражнения является исходным для по-1 следующего?
- 1) непрерывным;
  - 2) слитным;
  - 3) поточным;
  - 4) фронтальным.

### **Примерная тематика курсовых работ.**

1. Круговая тренировка в подготовке баскетболиста как средство совершенствования физической и технической подготовки.
2. Методика обучения технике броска одной рукой в прыжке в баскетболе.
3. Методика обучения верхней передачи мяча двумя руками в волейболе.
4. Методика обучения защитным действиям в волейболе.
5. Методика и техника обучения нападающему удару в волейболе.
6. Методика и техника одиночного и группового блокирования в волейболе.
7. Методика и техника верхней прямой подачи в прыжке и ее эффективность в волейболе.
8. Урок – основная форма организации секционных занятий по баскетболу.
9. Внеклассная работа по баскетболу в школе.
10. Методика обучения технике броска одной рукой в прыжке.
11. Формы и содержание занятий по баскетболу в оздоровительных лагерях со школьниками.
12. Методика обучения техническим приемам игры в баскетбол на уроках 5-8 классов.
13. Методика совершенствования точности бросков мяча на занятиях с юными баскетболистами.
14. Начальное обучение юных баскетболистов тактике игры.
15. Специальные упражнения для овладения индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями в нападении на занятиях по баскетболу в секциях.
16. Методика подготовки центрового игрока на занятиях по баскетболу в секциях.
17. Планирование и учет учебной и внеклассной работы по баскетболу в школе.
18. Физическая подготовка на занятиях по баскетболу с детьми подготовительной, подростковой и младшей юношеских групп в ДЮСШ.
19. Построение учебно-тренировочного процесса в секциях по баскетболу.
20. Воспитание скоростно-силовых качеств юных баскетболистов.
21. Методика обучения применению прессинга на учебно-тренировочных занятиях в секциях по баскетболу.
22. Содержание и анализ учебно-тренировочных занятий по баскетболу в подготовительном, соревновательном и переходных периодах.
23. Методика применения подвижных игр как средства начального обучения детей волейболу в школе.
24. Методика отбора на начальном этапе обучения в волейболе (мальчики, девочки 9-11 лет).
25. Развитие физических качеств юных волейболистов.
26. Методика воспитания быстроты у юных волейболистов 12-13 лет.
27. Организация и методика внеклассной работы по спортивным играм в общеобразо-

- вательной школе.
28. Планирование и учет учебной и внеклассной работы по волейболу в школе.
  29. Методика развития прыгучести на уроках по волейболу.
  30. Анализ характерных ошибок в защите у юных волейболистов.
  31. Экспериментальное обоснование подготовки связующего игрока в волейболе.
  32. Экспериментальное обоснование методики обучения верхней прямой подаче в волейболе.
  33. Особенности построения микроциклов подготовительного периода спортивной подготовки в секции по волейболу.
  34. Формы и содержание занятий по волейболу в оздоровительных лагерях со школьниками.
  35. Особенности учебно-тренировочной работы по волейболу со школьниками 6-7 лет.
  36. Развитие физических качеств юных волейболистов.
  37. Влияние всесторонней физической подготовки на развитие прыгучести у юных волейболистов. Специальные упражнения для овладения индивидуальными тактическими действиями защиты на занятиях в секциях по футболу.
  38. Игровой метод на занятиях в секциях по футболу.
  39. Формы организации занятий по футболу со школьниками.
  40. Методика планирования нагрузок в предсоревновательном периоде на занятиях по футболу.
  41. Методика совершенствования физической подготовки юных футболистов.
  42. Последовательность, преемственность и согласованность в обучении техническим приемам в футболе.
  43. Взаимосвязь технической и тактической подготовки на уроках по футболу.
  44. Методика обучения остановкам мяча на уроках по футболу.
  45. Методика обучения финтам в футболе на уроках физкультуры.
  46. Методика обучения групповой тактике в футболе на уроках физкультуры.
  47. Специальные упражнения для овладения групповыми тактическими действиями нападения на занятиях в секциях по футболу.
  48. Особенности технической подготовки девушек 15-16 лет по футболу.
  49. Совершенствование тактических действий футболистов на учебно-тренировочных занятиях в секциях по футболу.
  50. Начальное обучение юных футболистов тактике игры.
  51. Совершенствование методики проведения уроков по футболу в общеобразовательной школе.

#### **Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу**

1. Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура».
2. Цели и задачи предмета «Физическая культура».
3. Место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов.
4. Основные понятия предмета «Физическая культура».
5. «Физическая культура» как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования.
6. Становление теории и методики преподавания предмета «Физическая культура».
7. Современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура».
8. Место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования.
9. Основные концепции учебного предмета «Физическая культура».
10. Педагогическая система предмета «Физическая культура».
11. Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура».
12. Основные элементы и структура педагогической системы предмета «Физическая культура».



- культура».
13. Функции педагогической системы предмета «Физическая культура».
  14. Цели предмета «Физическая культура».
  15. Значение и формирование цели предмета «Физическая культура».
  16. Цели предмета «Физическая культура» в системе образования Российской Федерации.
  17. Содержание предмета «Физическая культура» в педагогической системе.
  18. Роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе.
  19. Государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культу-ра».
  20. Структура содержания образования по предмету «Физическая культура».
  21. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура».
  22. Особенности дидактических процессов.
  23. Психолого-физиологические и педагогические основы дидактических процессов.
  24. Типовая структура и механизмы действия дидактических процессов в предмете «Физическая культура».
  25. Субъекты дидактического взаимодействия.
  26. Этапы дидактических процессов.
  27. Образование, развитие и воспитание в дидактических процессах.
  28. Функциональная единица, или «шаг», дидактических процессов в предмете «Физическая культура».
  29. Типовой «шаг» дидактических процессов.
  30. Развитие деятельности преподавания и учения.
  31. Цикличность дидактических процессов.
  32. Дидактические принципы предмета «Физическая культура».
  33. Значение дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе.
  34. Изучение дидактических принципов. Характеристика дидактических принципов.
  35. Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура».
  36. Урок как форма организации дидактических процессов.
  37. Урок в процессе обучения физической культуре.
  38. Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе.
  39. Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры.
  40. Требования к уроку физической культуры в школе.
  41. Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».
  42. Методика урока физической культуры в школе.
  43. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе.
  44. Целеполагание в технологии обучения предмету «Физическая культура».
  45. Проблемы целеполагания в теории и практике преподавания предмета «Физическая культура».
  46. Процедуры целеполагания в циклах технологии учебно-воспитательного процесса.
  47. Цели учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».
  48. Отбор оптимального содержания и методов учебно-воспитательного процесса на уроке физической культуры.
  49. Факторы оптимальности содержания образования, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса.
  50. Программирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре.
  51. Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса.
  52. Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса.
  53. Непосредственное дидактическое взаимодействие учителя и учащихся в учебно-

- воспитательном процессе на уроке физической культуры.
54. Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры.
  - 55.
  56. Подготовка учителя к уроку физической культуры.
  57. Анализ урока физической культуры в школе.
  58. Цели и методы анализа урока физической культуры в школе.
  59. Анализ урока.
  60. Метод педагогического наблюдения.
  61. Метод хронометрирования (хронографирования).
  62. Метод пульсометрии.
  63. Метод рейтинга.
  64. Педагогический контроль в технологии учебно-воспитательного процесса на уроках физической культуры.
  65. Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса.
  66. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.
  67. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе.
  68. Требования к контролю в учебно-воспитательном процессе.
  69. Оценочно-аналитический компонент технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура».
  70. Место, функции и сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебно-воспитательного процесса.
  71. . Оценка и отметка в оценочно-аналитическом компоненте технологии учебно-воспитательного процесса.
  72. Критерии оценок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры.
  73. Оценочно-аналитическая информация в учебно-воспитательном процессе.
  74. Методы ее получения и обработки.
  75. Каково место оценки результатов дидактического взаимодействия учителя и учащихся в структуре дидактических процессов по предмету?
  76. В чем сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебного процесса по предмету «Физическая культура»?
  77. Назовите функции контроля в технологии учебно-воспитательного процесса.
  78. Назовите методы получения оценочной информации в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе.
  79. Для чего нужна аналитическая информация в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре?

## 7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

**а)** Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

| Структурный элемент компетенции                                                                                                              | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-1: готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Знать                                                                                                                                        | <p>- основные определения и понятия, такие как «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие» ...;</p> <p>-социальную значимость физической культуры, ее влияние на растущий организм ребенка;</p> <p>- место и роль физической культуры в развитии ребенка;</p> <p>-средства, методы пропаганды и организации здорового и активного образа жизни среди детей;</p> | <p><b>Перечень тем и заданий для подготовки к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая характеристика теории и методики обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>2. Цели и задачи предмета «Физическая культура».</li> <li>3. Место и значение предмета «Физическая культура» в подготовке специалистов.</li> <li>4. Основные понятия предмета «Физическая культура».</li> <li>5. «Физическая культура» как учебный предмет в содержании общего и профессионального образования.</li> <li>6. Становление теории и методики преподавания предмета «Физическая культура».</li> <li>7. Современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>8. Место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования.</li> <li>9. Основные концепции учебного предмета «Физическая культура».</li> <li>10. Педагогическая система предмета «Физическая культура».</li> <li>11. Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура».</li> </ol> |
| Уметь                                                                                                                                        | <p>- мотивировать детей к регулярным занятиям физической культурой;</p> <p>-планировать занятия и досуговые мероприятия с целью повышения мотивации и формирования интереса к физической культуре</p>                                                                                                                                                                                     | <p><b>Перечень тем и заданий для практических занятий</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обучения младших школьников элементам игры в баскетбол.</li> <li>2. Подвижные игры в физическом воспитании младших школьников.</li> <li>3. Формирование двигательных умений и воспитание физических качеств на уроках физической культуры у младших подростков.</li> <li>4. Формирования двигательных умений и навыков в физическом воспитании.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 | <p>-планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;</p> <p>-приобретать знания в области физической культуры;</p> <p>-корректно выражать и аргументированно обосновывать положения предметной области знания;</p>                                                                                                                                                                                          | <p>5. Круговая тренировка в структуре урока физической культуры в старшем школьном возрасте.</p> <p>6. Развитие физических качеств школьников разного возраста. (Сила, быстрота, выносливость, ловкость)</p> <p>7. Методика развития силы у детей младшего школьного возраста. (Сила, быстрота, выносливость, ловкость,)</p> <p>8. Игра как фактор развития познавательных процессов младших школьников.</p> <p>9. Основы развития выносливости у старших школьников.</p> <p>10. Особенности методики развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста.</p> <p>11. Особенности методики совершенствования выносливости у школьников младшего возраста.</p> <p>12. Развитие выносливости у старших школьников.</p>                                                                                                                                             |
| Владеть                         | <p>навыками организации исследования в профессиональной деятельности, профессионального самообразования и самоорганизации;</p> <p>-навыками планирования и организации занятий и мероприятий по физической культуре;</p> <p>-техникой речи (профессиональным языком) в процессе физкультурно-спортивных занятий, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументировано обосновывать различные положения;</p> <p>-средствами методами формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регуляр-</p> | <p><b>Примерный перечень тем курсовых работ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. . Внеклассные формы физического воспитания детей школьного возраста.</li> <li>2. .Развитие быстроты у школьников различного возраста.</li> <li>3. .Развитие скоростно-силовых качеств у школьников различного возраста</li> <li>4. Развитие выносливости у школьников различного возраста.</li> <li>5. .Развитие гибкости у школьников различного возраста.</li> <li>6. . Методика развития физических качеств у детей дошкольного возраста (по выбору студентов).</li> <li>7. .Скоростные способности и методика их воспитания.</li> <li>8. Воспитание быстроты движений у школьников.</li> <li>9. .Игровой метод в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.</li> <li>10. .Формы и методы повышения двигательной активности детей старшего школьного</li> </ol> |

| Структурный элемент компетенции                                                                                                                                                                              | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                              | ном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| ОПК-2: способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Знать                                                                                                                                                                                                        | <p>-роли и месте физической культуры и спорта в обеспечении здоровья эстетических, нравственных и духовных ценностях физической культуры и спорта;</p> <p>-дидактических закономерностях в физической культуре и спорте;</p> <p>-методике оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;</p> <p>-методике подготовки спортсменов;</p> <p>-возрастно-половых закономерностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков;</p> <p>-анатомо-физиологических, гигиенических и психолого-педагогических основах физического воспитания и спорта;</p> | <p><b>Перечень тем и заданий для подготовки к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Структура содержания образования по предмету «Физическая культура».</li> <li>2. Дидактические процессы в предмете «Физическая культура».</li> <li>3. Особенности дидактических процессов.</li> <li>4. Психолого-физиологические и педагогические основы дидактических процессов.</li> <li>5. Типовая структура и механизмы действия дидактических процессов в предмете «Физическая культура».</li> <li>6. Субъекты дидактического взаимодействия.</li> <li>7. Этапы дидактических процессов.</li> <li>8. Образование, развитие и воспитание в дидактических процессах.</li> <li>9. Функциональная единица, или «шаг», дидактических процессов в предмете «Физическая культура».</li> <li>10. Типовой «шаг» дидактических процессов.</li> <li>11. Развитие деятельности преподавания и учения.</li> <li>12. Цикличность дидактических процессов.</li> <li>13. Дидактические принципы предмета «Физическая культура».</li> <li>14. Значение дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе.</li> <li>15. Изучение дидактических принципов. Характеристика дидактических принципов.</li> <li>16. Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура».</li> </ol> |
| Уметь                                                                                                                                                                                                        | - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p><b>Перечень тем и заданий для практических занятий</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности методики совершенствования выносливости у школьников младшего возраста.</li> <li>2. Развитие выносливости у старших школьников.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 | <p>физкультурно-спортивных занятий с использованием инструментальных методов;</p> <p>-осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p> <p>- разрабатывать локальные нормативные акты по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Развитие силы у школьников.</li> <li>4. Средства и методы развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста.</li> <li>5. Воспитание осанки у школьников.</li> <li>6. Организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в общеобразовательной школе. Возраст школьников по выбору.</li> <li>7. . Внеклассные формы физического воспитания детей школьного возраста.</li> <li>8. .Развитие быстроты у школьников различного возраста.</li> <li>9. .Развитие скоростно-силовых качеств у школьников различного возраста</li> <li>10. .Развитие выносливости у школьников различного возраста.</li> <li>11. .Развитие гибкости у школьников различного возраста.</li> </ol>                                                                                                                                                                                            |
| Владеть                         | <p>- владеет психолого-педагогическими, медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся</p> <p>-навыками осуществления учебного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</p>                                 | <p><b>Примерный перечень тем курсовых работ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ урока физической культуры в школе.</li> <li>2. Цели и методы анализа урока физической культуры в школе.</li> <li>3. Анализ урока.</li> <li>4. Метод педагогического наблюдения.</li> <li>5. Метод хронометрирования (хронографирования).</li> <li>6. Метод пульсометрии.</li> <li>7. Метод рейтинга.</li> <li>8. Педагогический контроль в технологии учебно-воспитательного процесса на уроках физической культуры.</li> <li>9. Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса.</li> <li>10. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе.</li> <li>11. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе.</li> <li>12. Требования к контролю в учебно-воспитательном процессе.</li> <li>13. Оценочно-аналитический компонент технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура».</li> </ol> |

| Структурный элемент компетенции                                                                                  | Планируемые результаты обучения                                                                                                    | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-4: готовность к профессиональной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Знать                                                                                                            | <p>-основные нормативно-правовые документы сферы образования</p> <p>-правовые нормы педагогической деятельности и образования;</p> | <p><b>Примерный перечень вопросов и заданий к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. . В школьном возрасте использование большого разнообразия Физических упражнений базируется на основе положений, которые отражены в <i>общих принципах</i> отечественной системы физического воспитания. Укажите эти принципы среди нижеприведенных:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) принцип всестороннего развития личности, принцип связи Физического воспитания с трудовой и военной практикой, принцип оздоровительной направленности;</li> <li>2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;</li> <li>3) принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания, принцип циклического построения занятий;</li> <li>4) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.</li> </ol> </li> <li>2. . Под двигательной активностью понимают:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;</li> <li>2) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся;</li> <li>3) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;</li> <li>4) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства.</li> </ol> </li> <li>3. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) незначительно увеличивается;</li> <li>2) значительно увеличивается;</li> <li>3) остается без изменения;</li> <li>4) все более уменьшается.</li> </ol> </li> </ol> |

| Структурный элемент компетенции                                                                                                        | Планируемые результаты обучения                                                                                                                     | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                        |                                                                                                                                                     | <p>4. Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе (младшие классы):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;</li> <li>2) урок физической культуры;</li> <li>3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час);</li> <li>4) секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Уметь                                                                                                                                  | -организовать собственную профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования                              | <p style="text-align: center;"><b>Перечень тем и заданий для практических занятий</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие выносливости у старших школьников.</li> <li>2. Развитие силы у школьников.</li> <li>3. Средства и методы развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста.</li> <li>4. Воспитание осанки у школьников</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Владеть                                                                                                                                | -навыками реализации и толкования законов, и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации; | <p style="text-align: center;"><b>Примерный перечень тем курсовых работ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каково место оценки результатов дидактического взаимодействия учителя и учащихся в структуре дидактических процессов по предмету?</li> <li>2. В чем сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебного процесса по предмету «Физическая культура»?</li> <li>3. Назовите функции контроля в технологии учебно-воспитательного процесса.</li> <li>4. Назовите методы получения оценочной информации в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе.</li> <li>5. Для чего нужна аналитическая информация в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре?</li> </ol> |
| ПК-1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Знать                                                                                                                                  | -сущность и структуру образовательных                                                                                                               | <b>Примерный перечень вопросов и заданий к экзамену</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |



| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 | <p>программ по физической культуре, требований к ним;</p> <p>- предмет физическая культура в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основных общеобразовательных программ, ее историю и место мировой культуры и науке;</p> <p>- программы и учебники по физической культуре;</p> <p>- основы методики преподавания физической культуры и принципы деятельностного подхода</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Программирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре.</li> <li>2. Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса.</li> <li>3. Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса.</li> <li>4. Непосредственное дидактическое взаимодействие учителя и учащихся в учебно-воспитательном процессе на уроке физической культуры.</li> <li>5. Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры.</li> </ol>                              |
| Уметь                           | <p>-планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой по физической культуре;</p> <p>-разрабатывать учебные программы по профильному предмету на основе государственных образовательных стандартов;</p>                                                                                                                                                            | <p style="text-align: center;"><b>Перечень тем и заданий для практических занятий</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы развития выносливости у старших школьников.</li> <li>2. . Особенности методики развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста.</li> <li>3. . Особенности методики совершенствования выносливости у школьников младшего возраста.</li> <li>4. . Развитие выносливости у старших школьников.</li> </ol>                                                                                                                                      |
| Владеть                         | <p>-особенностями организации учебно-воспитательного процесса при реализации образовательных программ в соответствии с требованиями образовательных стандартов по физической культуре;</p> <p>- навыками планирования и проведения учебных занятий по физической культуре;</p> <p>- навыками систематического анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению физической культуре;</p>                   | <p><b>Примерный перечень тем курсовых работ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Требования к уроку физической культуры в школе.</li> <li>2. Технология и методика реализации педагогической системы предмета «Физическая культура».</li> <li>3. Методика урока физической культуры в школе.</li> <li>4. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе.</li> <li>5. Целеполагание в технологии обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>6. Проблемы целеполагания в теории и практике преподавания предмета «Физическая культура».</li> </ol> |

| Структурный элемент компетенции                                                      | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | культура».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| ПК-2: готовность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Знать                                                                                | <p>- роль и значение физической культуры в развитии личности и подготовке к жизни и профессиональной деятельности;</p> <p>- средства и методы физической культуры и спорта</p> <p>- современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы; основные подходы к реализации учебных программ.</p>                                     | <p><b>Примерный перечень вопросов и заданий к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы: <ol style="list-style-type: none"> <li>а) слабую, б) среднюю, в) сильную;</li> <li>а) основную, б) подготовительную, в) специальную;</li> <li>а) без отклонений в состоянии здоровья; б) с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.</li> </ol> </li> <li>Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется: <ol style="list-style-type: none"> <li>физкультурной группой;</li> <li>основной медицинской группой;</li> <li>спортивной группой;</li> </ol> </li> </ol> |
| Уметь                                                                                | <p>- использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения физической культуре в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования;</p> <p>- разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по физической культуре с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события.</p> | <p><b>Примерный перечень вопросов и заданий к практическим занятиям</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Игра как фактор развития познавательных процессов младших школьников.</li> <li>Основы развития выносливости у старших школьников.</li> <li>Особенности методики развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста.</li> <li>Особенности методики совершенствования выносливости у школьников младшего возраста.</li> <li>Развитие выносливости у старших школьников.</li> <li>Развитие силы у школьников.</li> <li>Средства и методы развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                              |

| Структурный элемент компетенции                                                                                                                                                                                                                  | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>тия современности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять современные образовательные технологии, включая информационные и проводить учебные занятия, опираясь на достижение этих технологий;</li> <li>- использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий;</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Владеть                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формами и методами обучения физической культуре, в том числе выходящими за рамками учебных занятий;</li> <li>- навыками объективного оценивания знаний обучающихся физической культуре на основе тестирования и других методов контроля;</li> </ul>                                             | <p><b>Примерная тематика курсовых работ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Процедуры целеполагания в циклах технологии учебно-воспитательного процесса.</li> <li>2. Цели учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура».</li> <li>3. Отбор оптимального содержания и методов учебно-воспитательного процесса на уроке физической культуры.</li> <li>4. Факторы оптимальности содержания образования, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса.</li> <li>5. Программирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре.</li> <li>6. Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса.</li> </ol> |
| ПК-4: способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Знать                                                                                                                                                                                                                                            | <p>- основы теории и методов управления образовательными системами, методики учебной работы, требования к оснащению и оборудованию спортивных залов и площадок, и средства обучения и их дидактические возможности в процессе физического воспитания;</p>                                                                                | <p><b>Примерный перечень вопросов и заданий к экзамену</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем величина физической нагрузки на уроке физической культуре контролируется: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) по пульсу (по частоте сердечных сокращений);</li> <li>2) по частоте дыхания;</li> <li>3) по внешним признакам утомления детей;</li> </ol> </li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                            |

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения                                                                                                     | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 |                                                                                                                                     | <p>4) по пульсу, дыханию и внешним признакам утомления детей.</p> <p>2. Уроки физической культуры в общеобразовательной школе проводятся, как правило:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 1 раз в неделю;</li> <li>2) 2 раза в неделю;</li> <li>3) 3 раза в неделю;</li> <li>4) 4 раза в неделю.</li> </ol> <p>3. . Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 30—35 мин;</li> <li>2) 40—45 мин;</li> <li>3) 50—55 мин;</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Уметь                           | -умеет оценивать образовательные результаты: формируемые в процессе физического воспитания предметные и метапредметные компетенции; | <p><b>Примерный перечень вопросов и заданий к практическим занятиям</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. . Воспитание осанки у школьников.</li> <li>2. . Организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в общеобразовательной школе. Возраст школьников по выбору.</li> <li>3. . Внеклассные формы физического воспитания детей школьного возраста.</li> <li>4. . Развитие быстроты у школьников различного возраста.</li> <li>5. . Развитие скоростно-силовых качеств у школьников различного возраста</li> <li>6. Развитие выносливости у школьников различного возраста.</li> <li>7. . Развитие гибкости у школьников различного возраста.</li> <li>8. Методика развития физических качеств у детей дошкольного возраста (по выбору студентов).</li> <li>9. . Скоростные способности и методика их воспитания.</li> </ol> |
| Владеть                         | -навыками формирования универсальных                                                                                                | <b>Примерный перечень тем курсовых работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| Структурный элемент компетенции | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 | <p>учебных действий в процессе занятий физической культурой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками формирования общекультурных компетенций и понимания места предметов в общей картине мира</li> <li>- навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающихся по физической культуре;</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специальные упражнения для овладения групповыми тактическими действиями нападения на занятиях в секциях по футболу.</li> <li>2. Особенности технической подготовки девушек 15-16 лет по футболу.</li> <li>3. Совершенствование тактических действий футболистов на учебно-тренировочных занятиях в секциях по футболу.</li> <li>4. Начальное обучение юных футболистов тактике игры.</li> <li>5. Совершенствование методики проведения уроков по футболу в общеобразовательной школе.</li> </ol> |

## **б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Методика проведения занятий со школьниками» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета с оценкой в форме выполнения и защиты курсовой работы.

Зачет проводится в форме итогового тестирования на образовательном портале с учетом выполнения всех практических заданий, представленных конспектов. Обязательным условием для получения зачета является проведение не менее 5 физкультурных занятий, хронометрирование уроков, определить общую и моторную плотность уроков и сделать анализ эффективности проведения уроков;

### **Показатели и критерии оценивания экзамена:**

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку **«удовлетворительно»** (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку **«неудовлетворительно»** (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку **«неудовлетворительно»** (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

Курсовая работа выполняется под руководством преподавателя, в процессе ее написания обучающийся развивает навыки к научной работе, закрепляя и одновременно расширяя знания, полученные при изучении курса «Методика проведения занятий со школьниками». При выполнении курсовой работы обучающийся должен показать свое умение работать с нормативным материалом и другими литературными источниками, а также возможность систематизировать и анализировать фактический материал и самостоятельно творчески его осмысливать.

В процессе написания курсовой работы обучающийся должен разобраться в теоретических вопросах избранной темы, самостоятельно проанализировать практический материал, разобрать и обосновать практические предложения.

### **Показатели и критерии оценивания курсовой работы:**

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает высокий уровень знаний не только на уровне воспроизведения и объяснения информации, но и интеллектуальные навыки решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам, оценки и вынесения критических суждений;

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает знания не только на уровне воспроизведения и объяснения информации, но и интеллектуальные навыки решения проблем и задач, нахождения уникальных ответов к проблемам;

– на оценку **«удовлетворительно»** (3 балла) – работа выполнена в соответствии с заданием, обучающийся показывает знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, интеллектуальные навыки решения простых задач;

– на оценку **«неудовлетворительно»** (2 балла) – задание преподавателя выполнено частич-

но, в процессе защиты работы обучающийся допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения поставленной задачи.

– на оценку **«неудовлетворительно»** (1 балл) – задание преподавателя выполнено частично, обучающийся не может воспроизвести и объяснить содержание, не может показать интеллектуальные навыки решения поставленной задачи.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453927> .

2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 441 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438772> .

3. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438991> .

### **б) Дополнительная литература**

1. Алхасов, Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре : учебник для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 176 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-11092-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444497> .

2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 173 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06290-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/437594> .

3. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 224 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438651> .

4. Германов, Г. Н. Физическая культура в школе. Легкая атлетика : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 461 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04548-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438860> .

5. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 148 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-11034-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444017> .

6. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е

### **в) Методические указания:**

Приложение 1

### **г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

### Программное обеспечение

| Наименование ПО                        | № договора                   | Срок действия лицензии |
|----------------------------------------|------------------------------|------------------------|
| MS Windows 7 Professional(для классов) | Д-1227-18 от 08.10.2018      | 11.10.2021             |
| MS Office 2007 Professional            | № 135 от 17.09.2007          | бессрочно              |
| 7Zip                                   | свободно распространяемое ПО | бессрочно              |
| FAR Manager                            | свободно распространяемое ПО | бессрочно              |

### Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| Название курса                                                                                   | Ссылка                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»                | <a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>                                 |
| Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ) | URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>        |
| Поисковая система Академия Google (Google Scholar)                                               | URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>                            |
| Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам                           | URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>                                      |
| Российская Государственная библиотека. Каталоги                                                  | <a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a> |
| Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова                                              | <a href="http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp">http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp</a>   |

### 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

В соответствии с учебным планом по дисциплине «Методика проведения занятий со школьниками» предусмотрены следующие виды занятий: практические занятия, самостоятельная работа, консультации, курсовая работа, экзамен.

| Тип и название аудитории                                                                                                                                  | Оснащение аудитории                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Спортивный зал для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации                 | Спортивный инвентарь и оборудование                                                                                                         |
| Учебные аудитории для проведения практических и лекционных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации | Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета |
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся                                                                                                          | Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета |
| Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования                                                                             | Стеллажи и контейнеры для хранения спортивного инвентаря и оборудования                                                                     |



## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

### СОСТАВЛЕНИЕ КОНСПЕКТА УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Конспект является документом планирования педагогического процесса по физическому воспитанию на каждое занятие (урок). Конспект урока разрабатывается на основе тематического плана. Необходимо учитывать сложность освоения нового материала, а также контингент занимающихся, их подготовленность, условия места занятия.

Студент намечает план предстоящего урока: задачи, основные виды упражнений, порядок организации. На каждый урок ставятся три задачи: образовательная, оздоровительная и воспитательная. *Образовательные задачи* предполагают формирование у учащихся знаний по физической культуре, умений и навыков выполнять физические упражнения и должны отвечать на вопрос «Что сделать», например

разучить технику выполнения...

закрепить технику выполнения...

совершенствовать технику выполнения...

*Оздоровительные задачи* направлены на укрепление здоровья физическими упражнениями, на формирование правильной осанки, на развитие двигательных качеств, должны отвечать на вопрос «Что делать», например

формировать правильную осанку

развивать общую выносливость

*Воспитательные задачи* предусматривает воспитание конкретного физического качества с указанием упражнения, с помощью которого решается данная задача, отвечают на вопрос «Что делать» например:

воспитывать скоростно-силовых качеств при выполнении прыжка в длину в разбега  
воспитывать быстроту движений в беге на короткие дистанции.

При разработке содержания урока физической культуры необходимо:

- 1) определить средства и методы решения каждой из задач урока;
- 2) уточнить необходимый инвентарь для урока;
- 3) разработать методы организации деятельности занимающихся при решении каждой из задач;
- 4) определить категории оценки деятельности учащихся на уроке.

При составлении плана – конспекта определяется содержание основной части урока, а затем в соответствии с ним материал подготовительной и заключительной части (приложение 2).

1. В первой графе конспекта «Части урока» указываются части урока и их продолжительность (в мин).

2. В графе «Содержание урока» подробно записываются все упражнения и задания, а также содержание теоретических сведений в той последовательности, в которой предполагается их проведение на уроке.

Все упражнения и задания должны быть записаны достаточно полно с указанием исходного положения и перечнем составляющих их действий. При этом строго необходимо соблюдать терминологию, принятую в конкретных видах спорта.

Если урок – по типу изучения нового материала, то в графе «Содержание» записывается объяснение техники выполнения нового упражнения.

3. В графе «Дозировка нагрузки» указываются количество повторений упражнений, затраты времени на выполнение упражнения (в мин), величина преодолеваемого расстояния и т.д.

4. В графе «Организационно-методические указания» указываются способы организации занимающихся, методы выполнения упражнений, требования к их выполнению, а также делаются записи «сообщить об ошибках», «обеспечить страховку», «напомнить правила игры»

КОНСПЕКТ УРОКА № \_\_\_\_\_ по физической культуре в \_\_\_\_\_ классе

Задачи урока:

Образовательная \_\_\_\_\_

Оздоровительная \_\_\_\_\_

Воспитательная \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Продолжительность урока \_\_\_\_\_

Инвентарь \_\_\_\_\_

| Часть урока | Содержание урока | Дозировка | Организационно-методические указания |
|-------------|------------------|-----------|--------------------------------------|
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |
|             |                  |           |                                      |

## ПЛАН ПЕДАГОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

### I. Общие сведения об уроке

1. Дата проведения урока \_\_\_\_\_
2. Тип урока \_\_\_\_\_
3. Задачи уроки:  
Образовательные \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Оздоровительные \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Воспитательные \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. Класс \_\_\_\_\_
5. Вел урок: \_\_\_\_\_
6. Урок анализировал : \_\_\_\_\_

## II. Анализ конспекта урока

### 2.1. Оценка задач урока:

- взаимосвязь задач данного урока с задачами предыдущего;
- соответствие задач программным требованиям;
- соответствие задач стадиям обучения (ознакомление, разучивание, совершенствование);
- разносторонность поставленных задач;
- конкретность поставленных задач;
- соответствие поставленных задач уровню подготовленности занимающихся;
- грамотность постановки задач урока.

### 2.2. Оценка содержания конспекта

#### 2.2.1. Правильный выбор средств для каждой части урока:

- соответствие средств поставленным задачам;
- оригинальность подобранных средств;
- учет психологических, физиологических и педагогических закономерностей обучения;
- учет уровня физического развития и физической подготовленности учащихся;
- оптимальная дозировка упражнений;
- целесообразность распределения времени по частям урока и виды упражнений.

#### 2.2.2. Оценка методов обучения в каждой части урока:

- соответствие методов задачам урока;
- соответствие методов этапам обучения;
- соответствие методов уровню физического развития и физической подготовленности учащихся.

#### 2.2.3. Содержательность организационно-методических указаний.

### 2.3. Соответствие конспекта общеустановленной форме, достаточная грамотность и

аккуратность написания.

### III. Анализ методики урока физической культуры

#### 3.1. Подготовительная часть урока

##### 3.1.1. Оценка организации подготовительной части урока:

- своевременная подготовленность дидактических материалов и ТСО к уроку;
- подготовленность мест занятий, необходимого оборудования и инвентаря;
- санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; внешний вид учителя;
- подготовленность учащихся к уроку;
- своевременность начала урока;
- первоначальная организация учащихся;
- оценка постановки задач урока перед учащимися;
- рациональность размещения и передвижений учащихся;
- целесообразность использования площади спортивного зала;
- правильность выбора преподавателем места при руководстве деятельностью учащихся;
- проявление учителем должной требовательности при выполнении учащимися заданий;
- контакт педагога с классом.

##### 3.1.2. Характеристика средств подготовительной части урока:

- соответствие средств подготовительной части урока ее задачам;
- содержание общей разминки, эффективность подобранных средств;

наличие специально-подготовительных упражнений;

- эффективность комплекса ОРУ для общей и специальной функциональной подготовки организма учащихся к основной части урока;
- правильная последовательность упражнений в комплексе ОРУ, оригинальность подобранных упражнений;
- соответствие средств подготовительной части урока задачам, контингенту занимающихся, виду урока, условиям проведения.

##### 3.1.3. Характеристика методов подготовительной части урока.

- целесообразность применения методов организации деятельности учащихся (фронтальный, групповой, круговой, индивидуальный) при выполнении упражнений подготовительной части урока.
- качество владения словесными методами обучения (команда, указание, распоряжение, оценка, объяснение, беседа, описание, дидактический рассказ и т.д.)
- соответствие словесных методов задачам урока, контингенту занимающихся.
- культура речи педагога.

- целесообразность использования наглядных методов обучения (обычный показ упражнения, использование наглядных пособий, технических средств обучения, имитационный показ, методы направленного «прочувствования движений»).
- использование сочетания словесных и наглядных методов обучения.

### 3.2. Основная часть урока

#### 3.2.1. Организация основной части урока

- качество владения педагога содержанием;
- целесообразность распределения времени на виды упражнений основной части урока;
- продолжительность основной части урока;
- соблюдение мер безопасности при выполнении упражнений, обеспечение страховки и помощи;
- рациональное использование площади спортивного зала, размещение инвентаря и оборудования;
- правильный выбор педагогом места в спортивном зале;
- использование дополнительного, нестандартного оборудования;
- как организована смена одного вида деятельности другим;
- организация взаимообучения;
- обеспечение дисциплины на уроке.

#### 3.2.2. Характеристика средств основной части урока:

##### 1. Соответствие средств основной части урока:

- решаемым задачам;
- возможностям занимающихся;
- условиям проведения урока.

2. Наличие подводящих упражнений для решения задач обучения.

3. Многообразие и оригинальность средств, используемых в основной части урока, направленных на решение поставленных задач.

#### 3.2.3. Характеристика методов основной части урока.

3.2.3.1. Целесообразность применения методов организации деятельности учащихся (фронтальный, групповой, круговой, индивидуальный).

3.2.3.2. Целесообразность выбора методов выполнения физических упражнений (поточный, поочередный, одновременный).

3.2.3.3. Качество применения на уроке методов практического разучивания (целостного, расчлененного и целостно-расчлененного).

3.2.3.4. Качество применения методов предупреждения и исправления ошибок:

- методов подводящих упражнений;
- методов применения техники (акцентирование, утрирование, замедление выполнения упражнения);
- метода ориентиров.

3.2.3.5. Качество применения словесных методов обучения.

3.2.3.6. Качество применения наглядных методов обучения.

3.2.3.7. Знание учителем техники двигательного действия.

3.2.4. Реализация дидактических принципов в основной части урока физической культуры (наглядности, доступности, прочности, систематичности и последовательности, сознательности и активности, индивидуальности подхода к занимающимся).

### *3.3. Заключительная часть урока*

3.3.1. Организация заключительной части урока физической культуры.

- решение задач заключительной части урока
- подведение итогов урока
- домашнее задание (его правильность, соблюдение основных требований при выполнении)
- своевременное окончание урока.

3.3.2. Характеристика средств заключительной части урока.

- подбор средств заключительной части урока
- обеспечение правильного постепенного восстановления организма занимающихся;
- оригинальность в подборе средств.

3.3.3. Характеристика методов заключительной части урока

- методы организации деятельности учащихся
- методы выполнения физических упражнений
- наглядные и словесные методы обучения.

## **IV. Методика воспитания физических качеств**

4.1. Содержание работы по воспитанию физических качеств:

- какие физические качества развивались на уроке;
- какие задания для этого предлагались;
- какие методы физического воспитания при этом применялись (повторный, переменный, соревновательный, игровой). Их целесообразность и соответствие возрасту, задачам, условиям проведения урока.

## **V. Физическая нагрузка на уроке**

5.1. Рациональность используемых приемов регулирования нагрузки.

5.2. Соответствие нагрузки:

- возрастным особенностям занимающихся;
- задачам урока;
- стадиям обучения;
- условиям проведения.

5.3. Оценка общей и двигательной плотности урока по частям и на уроке в целом, ее соответствие виду и типу урока. Приемы повышения двигательной плотности, используемые в каждой части урока. Их эффективность и недостатки.

## **VI. Воспитательная работа педагога**

6.1. Какие задания предлагались на уроке для решения 3-ей (воспитательной) задачи.

6.2. Как решались на уроке задачи:

- умственного воспитания

-развитие сообразительности, находчивости, создание поисковых ситуаций, организация взаимообучения и т.д.

- нравственного воспитания:

-формирование навыков культурного поведения, воспитание дисциплинированности, организованности, коллективизма, товарищества, взаимопомощи.

- эстетического воспитания:

-чувств, вкусов, формирование, красивой осанки, походки, красоты движений, красоты поступка и т.д.

- трудового воспитания:

-трудолюбия, простейших трудовых навыков и т.д. Какие методы при этом применялись (убеждение, поощрение, наказание и т.д)? Дать примеры и рекомендации.

6.3. Умение педагогом владеть классом, формировать сознательное отношение к занятиям, обеспечить заинтересованность учащихся.

## **VII. Выводы и предложения**

7.1. Образовательная ценность урока

- как решена 1-я (образовательная) задача урока.

7.2.Оздоровительная ценность урока:

- как решена 2-я (оздоровительная) задача урока.

7.3. Воспитательная ценность урока:

- как решена 3-я (воспитательная) задача урока.

7.4. Основные положительные стороны деятельности учителя.

7.5. Основные недостатки в работе учителя и конкретные практические рекомендации по их устранению.

- 7.6. Оценка урока в баллах.

## **Педагогический анализ урока физической культуры**

### **1. Общие сведения об уроке**

2. Дата проведения урока \_\_\_\_\_

3. Тип урока \_\_\_\_\_

4. Задачи урока:

- образовательные \_\_\_\_\_

---

---

---

- оздоровительные \_\_\_\_\_

---

---

---

- воспитательные \_\_\_\_\_

---

---

---

5. Класс \_\_\_\_\_

6. Вел урок: \_\_\_\_\_

7. Урок анализировал: \_\_\_\_\_

## **2. Анализ конспекта урока**

---

---

---

## **3. Анализ методики урока физической культуры**

---

---

---

## **4. Методика воспитания физических качеств**

---

---

---

## **5. Физическая нагрузка на уроке**

---

---

---

## **6. Воспитательная работа педагога**

---

---

---

## **7. Выводы и предложения**

---

---

---



## **ХРОНОМЕТРИРОВАНИЕ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Хронометрирование урока проводится с целью получения данных об общей и моторной плотности урока, о распределении времени на уроке на все виды деятельности учителя и учащихся.

Основное содержание хронометрирования – определение времени, затрачиваемого на выполнение каких-либо действий. С этой целью во время занятий фиксируются следующие виды деятельности:

- выполнение физических упражнений;
- слушание объяснений и наблюдений за показом упражнений;
- отдых, ожидание занимающимися очередного выполнения упражнения;
- действия по организации занятий;
- простои.

Хронометрирование занятия осуществляется с помощью наблюдения за деятельностью одного из занимающихся и учителя. Для большей объективности под наблюдение следует быть наиболее типичного для данного коллектива ученика, спортсмена. Результаты хронометрирования записываются в специальный протокол.

Протокол содержит следующие РАФы:

1. «часть урока»;
2. «содержание урока» - фиксируется содержание всех видов деятельности учителя и учащихся в той последовательности как они проводятся на уроке;
3. «время по секундомеру» - отмечается показание секундомера, т.е. время начала и окончания действия;
4. «объяснение и показ учителя»- заносится время, затраченное учителем на объяснение, показ, указания, исправление ошибок и т.д.
5. «выполнение упражнения» - заносится время, затраченное учащимися на выполнение упражнения на уроке;
6. «вспомогательные действия» - заносится время, затраченное на организацию деятельности учащихся и подготовку условий для занятий;
7. «отдых» - заносится время, затраченное учащимися на ожидание очередного выполнения задания, время отдыха, вводимого в урок для регулирования физической нагрузки;
8. «простои» – заносится потеря времени в уроке, т.е. время, нерационально затраченное учителем на уроке.

### **Техника ведения хронометража**

1. До начала урока (заранее) заготавливается бланк протокола со всеми необходимыми записями.
2. Перед началом урока, на основании конспекта урока учителя заполняется «шапка» протокола.
3. Непосредственно на месте хронометрирования в протокол заполняются только первые три колонки: «части урока», «содержание урока», «время по секундомеру». Остальные графы заполняются после исследования.
4. Секундомер включается со звонком и выключается после организованного выхода из зала. Началом урока принято считать организованный приход учащихся в зал.
5. Точный учет времени деятельности ученика и учителя определяются со скользящей стрелки секундомера (время окончания одного действия является временем начала следующего).

### Алгоритм обработки хронометража

1. Определить продолжительность каждого действия учителя и ученика на уроке. Для этого в графе «время по секундомеру» из каждого последующего времени вычитают предыдущее, а разность заносят в соответствующую графу: «объяснение и показ», «выполнение физических упражнений», «действия по организации», «отдых» или «простой», напротив того действия, продолжительность которого определяли.

2. По вертикали суммируется время в каждой отдельной графе по частям урока.

3. Суммируется время в каждой графе по уроку в целом.

4. Высчитывается продолжительность каждой части:

- 1) продолжительность подготовительной части определяется по началу основной части урока;
- 2) чтобы определить продолжительность основной части урока нужно из времени начала заключительной части вычесть время начала основной части;
- 3) чтобы определить продолжительность заключительной части нужно из времени окончания урока вычесть время начала заключительной части.

5. Высчитывается моторная плотность каждой части урока по формуле

$$\text{МП п.ч.у.} = \frac{\text{время, затраченное на выполнение физических упражнений в подг. части}}{\text{время подготовительной части}} \times 100\%$$

Для других частей используют аналогичные формулы.

6. Высчитывается моторная плотность всего урока по формуле

$$\text{МП у.} = \frac{\text{время, затраченное на выполнение физических упражнений на уроке}}{\text{время урока}} \times 100\%$$

7. Высчитывается общая плотность урока по формуле

$$\text{ОП у.} = \frac{\text{время, рационально затраченное на уроке}}{\text{время урока}} \times 100\%$$

8. Построить диаграмму – распределения времени на уроке. Для этого каждому виду действия присваивается условное цветовое обозначение.

9. Сделать вывод о распределении времени на уроке, т.е. о плотности урока по следующему плану:

- 1) охарактеризовать моторную плотность подготовительной части урока;
- 2) охарактеризовать моторную плотность основной части урока;
- 3) охарактеризовать моторную плотность заключительной части урока;
- 4) охарактеризовать моторную плотность всего урока (соответствует ли она данному типу урока, если моторная плотность урока низкая, указать причины)
- 5) охарактеризовать общую плотность урока (указать причины низкой плотности, если таковые имеются);
- 6) дать рекомендации по повышению общей и моторной плотности урока.

## Протокол хронометрирования урока физической культуры

Задачи урока:

Образовательная

оздоровительная

воспитательная

Дата \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

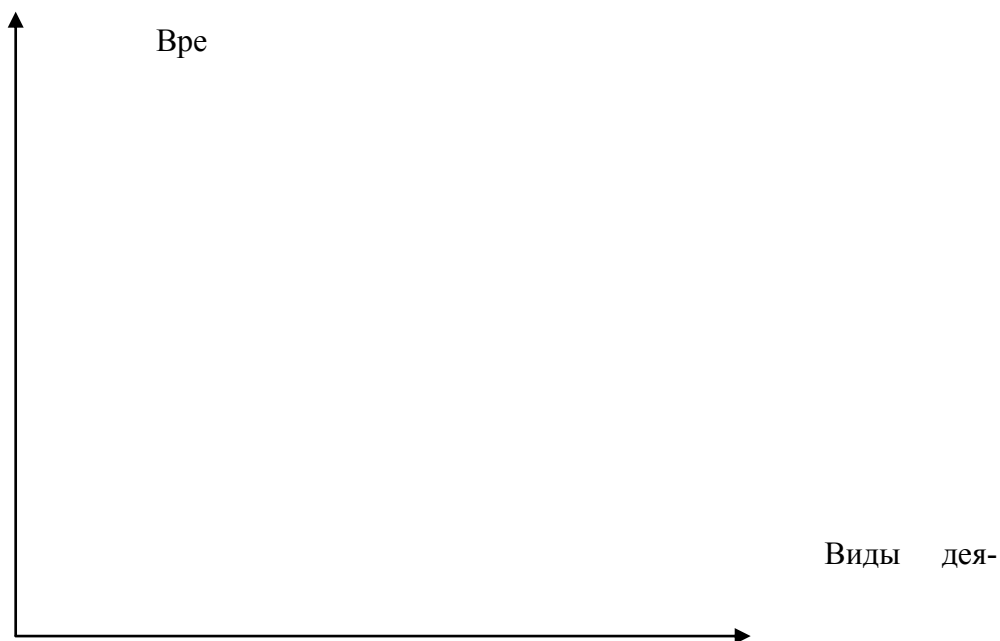
№ урока в расписании \_\_\_\_\_

На уроке присутствовало \_\_\_\_\_, занималось \_\_\_\_\_

Урок вел \_\_\_\_\_

Урок хронометрировал \_\_\_\_\_

| ч/у        | Содержание урока | Время по секундомеру | Объяснение, показ | Выполнение физ. упр. | Действия по организации | Отдых | Простой |
|------------|------------------|----------------------|-------------------|----------------------|-------------------------|-------|---------|
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
| МП п.ч.у.= |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
| МПо.ч.у.=  |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
|            |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
| МПзч.у.    |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
| МПу.=      |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |
| ОПу.=      |                  |                      |                   |                      |                         |       |         |



Вывод

---

---

Рекомендации

---

---

**УЧЕТ ПУЛЬСОВЫХ ДАННЫХ УЧАЩИХСЯ НА УРОКЕ**  
Основу методики определения нагрузки в уроке, составляет учет пульсовых данных

учащихся по секундомеру и запись в бланк протокола результатов проб (подсчет количество пульсовых ударов и наименование действий, предшествующих измерению).

Разрабатываются следующие материалы учета пульсовых данных учащегося на уроке: протокол, график динамики пульса, выводы и оценка дозировки нагрузки на уроке физической культуры.

Протокол учета пульсовых данных содержит следующие графы: (приложение 5)

В первой графе «номер по порядку» записывается порядковый номер заполнения всех данных протокола.

Во второй графе «время измерения» записывается частота проб через каждые 3 минуты.

В 3,4 графах «пульс» в порядке их расположения, записываются результаты ударов пульса за 10 секунд, за 1 минуту.

В 5 графе «наименование действий предшествующих измерению» (фиксируется содержание тех видов деятельности учащегося, в момент которых берется очередная проба).

### **План проведения пульсометрии**

1. До начала урока (заранее) заготавливается бланк протокола со всеми необходимыми записями.

2. Перед началом урока на основании данных конспекта урока заполняется «шапка» протокола.

3. Выбрать учащегося, у которого будут измерять ЧСС. Выяснить его самочувствие, как часто посещает уроки физкультуры, чем переболел, как настроение, чем занимался до урока, измерить пульс в спокойном состоянии.

4. Со звонком берется пульс у испытуемого, данные записываются в протокол.

5. Через каждые три минуты необходимо повторять процедуру, поясняя, что в это время выполнял испытуемый.

6. Окончание каждой части урока необходимо фиксировать в протоколе сплошной линией.

7. После всех измерений составляют физиологическую кривую.

1) по горизонтальной линии от исходной точки откладывают время с указанием частей урока;

2) по вертикальной оси от той же исходной точки отмечают количество ударов пульса по возрастанию;

3) пользуясь расчетными данными из протокола учета пульсовых данных, находят координаты точек;

4) по полученным данным вычерчивают физиологическую кривую (график динамики пульса дает наглядное представление о реакции сердца на физическую работу и последовательное изменение функциональных состояний).

8. Записываются сведения о состоянии ученика, полученные до урока.

9. Исходя из полученных данных, сделать вывод по следующему плану:

1) дать характеристику физической нагрузки в подготовительной части урока, соответствует ли ее динамика методическим требованиям этой части урока, указать средства, благодаря которым это происходит;

2) проанализировать физиологическую кривую в основной части урока: как она себя ведет, почему так, сколько пиков нагрузки присутствует (указать ЧСС), соответствует ли она задачам, решаемым в этой части урока;

3) проанализировать нагрузку заключительной части урока, как ведет себя график, почему, решена ли задача по восстановлению организма, какие для этого использовались средства;

4) указать как, по мнению, анализирующего, лучше распределить нагрузку на уроке, соответствует ли ЧСС, возрастным особенностям занимающихся, решены ли задачи каждой части урока, дать рекомендации.

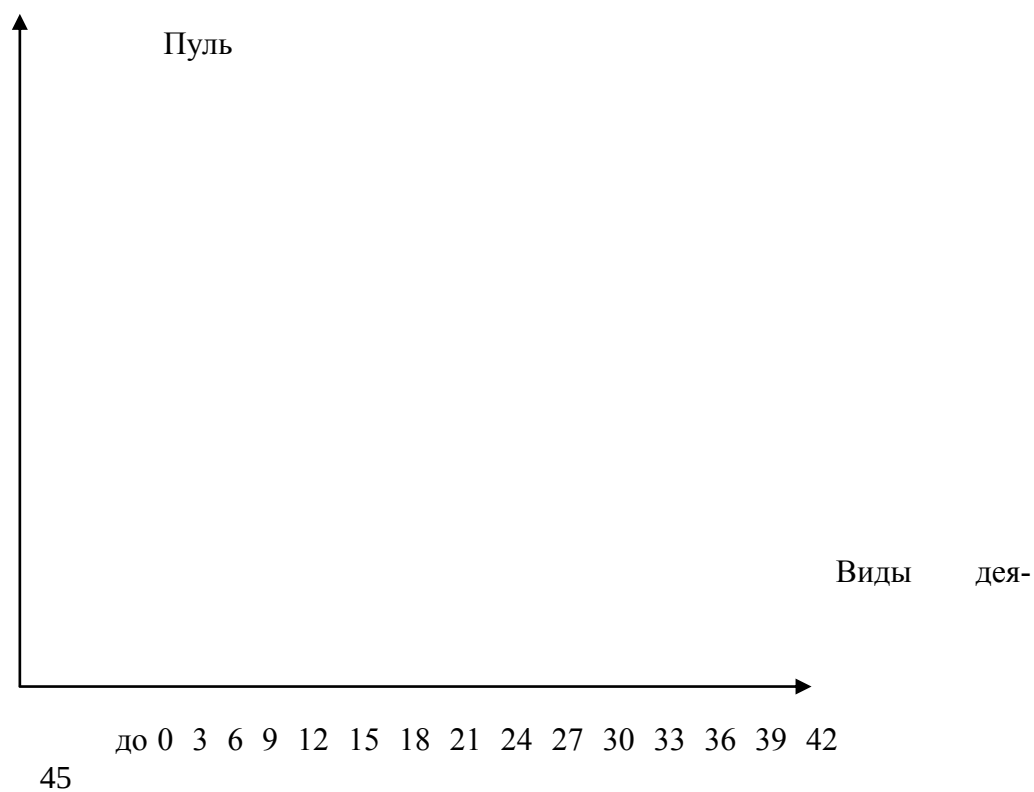
**Протокол учета пульсовых данных учащихся на уроке физического воспитания**

Дата \_\_\_\_\_ Место проведения \_\_\_\_\_  
Класс \_\_\_\_\_ № урока по расписанию \_\_\_\_\_  
В классе по списку \_\_\_\_\_ Урок проводил \_\_\_\_\_  
Присутствовало: \_\_\_\_\_ Наблюдал за \_\_\_\_\_  
Занималась \_\_\_\_\_ Наблюдение проводил \_\_\_\_\_

Задачи урока:

\_\_\_\_\_

| №  | Время измерения | Пульс за |       | Действия, предшествующие измерению |
|----|-----------------|----------|-------|------------------------------------|
|    |                 | 10 сек   | 1 мин |                                    |
| 1  |                 |          |       |                                    |
| 2  |                 |          |       |                                    |
| 3  |                 |          |       |                                    |
| 4  |                 |          |       |                                    |
| 5  |                 |          |       |                                    |
| 6  |                 |          |       |                                    |
| 7  |                 |          |       |                                    |
| 8  |                 |          |       |                                    |
| 9  |                 |          |       |                                    |
| 10 |                 |          |       |                                    |
| 11 |                 |          |       |                                    |
| 12 |                 |          |       |                                    |
| 13 |                 |          |       |                                    |
| 14 |                 |          |       |                                    |
| 15 |                 |          |       |                                    |
| 16 |                 |          |       |                                    |
| 17 |                 |          |       |                                    |



Вывод

---

---

---

---

---

---

Рекомендации

---

---