



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ
Декан ФФКиСМ
Р.А. Козлов

01.03.2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

***ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА***

Направление подготовки (специальность)
44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы
Физкультурно-оздоровительные технологии

Уровень высшего образования - магистратура

Форма обучения
заочная

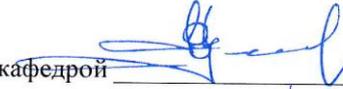
Институт/ факультет	Факультет физической культуры и спортивного мастерства
Кафедра	Спортивного совершенствования
Курс	2

Магнитогорск
2021 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 126)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Спортивного совершенствования

18.02.2021, протокол № 6

Зав. кафедрой  В.В. Алонцев

Рабочая программа одобрена методической комиссией ФФКиСМ

01.03.2021 г. протокол № 3

Председатель  Р.А. Козлов

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры СС, канд. пед. наук  Р.Р. Вахитов

Рецензент:

зав. кафедрой ФК, канд. биол. наук  Е.Г. Цапов

Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022 - 2023 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) «Физкультурно-оздоровительные технологии для детей дошкольного и школьного возраста» является компетенция специалиста по физическому воспитанию, которая предполагает готовность к реализации в своей работе современной концепции физкультурного образования – направленность воспитательно-образовательного процесса на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие детей дошкольного и школьного возраста.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста

Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности

Профессионально-педагогическое мастерство тренера (педагога) в сфере оздоровительной физической культуры

Производственная - педагогическая практика

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Психология физкультурно-оздоровительной деятельности

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

В результате освоения дисциплины (модуля) «Физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-1	Способен осуществлять учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП
ПК-1.1	осуществляет управление ситуацией по вопросам профессионального самоопределения, развития и адаптации обучающихся;
ПК-1.2	решает профессиональные задачи по планированию и организации занятий по курсам и дисциплинам, а также самостоятельной работы обучающихся; по модернизации оснащения и формирования предметно-пространственной среды;
ПК-1.3	осуществляет контроль за подготовленностью и мотивацией обучающихся
ПК-2	Способен осуществлять тренировочный процесс спортсменов на тренировочном этапе
ПК-2.1	управляет ситуацией формирования разносторонней подготовленностью занимающихся в избранном виде спорта;
ПК-2.2	организует тренировочный процесс по избранному виду спорта

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 10,9 акад. часов;
- аудиторная – 8 акад. часов;
- внеаудиторная – 2,9 акад. часов
- самостоятельная работа – 88,4 акад. часов;
- подготовка к экзамену – 8,7 акад. часа

Форма аттестации - экзамен

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Общие вопросы теории физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста								
1.1 Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста.	2	0,5		0,5	11	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
1.2 Контроль за организацией физического воспитания в детских образовательных учреждениях и средних образовательных школах.		0,5		0,5	11	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
1.3 Методы исследования, используемые в физическом воспитании детей дошкольного и школьного возраста.		0,3		0,5	10	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		1,3		1,5	32			
2. Физкультурно-оздоровительные технологии для детей дошкольного и школьного возраста								
2.1 Физкультурное занятие в детском образовательном учреждении. Урок (по физической культуре) как основная форма физкультурно-оздоровительной технологии для детей школьного возраста.	2	0,5		0,5	13	Подготовка план-конспекта физкультурного занятия и урока	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
2.2 Утренняя гимнастика в детском образовательном учреждении. Утренняя гимнастика в школе.		0,5		0,5	13	Подготовка план-конспекта утренней гимнастики в ДОУ и СОШ	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2

2.3 Физкультминутка в детском образовательном учреждении. Физкультминутка в средней общеобразовательной школе.		0,5		0,5	13	Подготовка план-конспекта физкультминутки в ДОУ и СОШ.	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
2.4 Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (воздушные ванны, водные мероприятия, солнечные ванны).		0,6		0,5	13	Разработка оздоровительного мероприятия для закаливания организма детей дошкольного и школьного возраста	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
2.5 Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. Игры на переменах. Секция общей физической подготовки.		0,6		0,5	4,4	Подготовка план-конспекта подвижной игры и игры на перемене в ДОУ и СОШ.	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2
Итого по разделу		2,7		2,5	56,4			
Итого за семестр		4		4	88,4		экзамен	
Итого по дисциплине		4		4	88,4		экзамен	

5 Образовательные технологии

В процессе освоения дисциплины используются следующие образовательные технологии, способы и методы формирования компетенций: традиционные лекция и практическое занятие, проработка учебников, учебных пособий и обязательной литературы.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — [URL: https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vospitaniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-472592#page/1](https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vospitaniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-472592#page/1)

2. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — [URL: https://urait.ru/viewer/fizkulturno-ozdorovitelnye-tehnologii-466072#page/1](https://urait.ru/viewer/fizkulturno-ozdorovitelnye-tehnologii-466072#page/1)

б) Дополнительная литература:

1. . Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — [URL: https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-472458#page/1](https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-472458#page/1)

2. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — [URL: https://urait.ru/viewer/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vospitanii](https://urait.ru/viewer/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vospitanii)

в) Методические указания:

1. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — [URL: https://urait.ru/viewer/organizaciya-letnego-otdyha-detey-i-podrostkov-452110#page/1](https://urait.ru/viewer/organizaciya-letnego-otdyha-detey-i-podrostkov-452110#page/1)

2. Рощина, Л. В. Нетрадиционно-оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре : учебное пособие / Л. В. Рощина. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2018. — 101 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — [URL: https://e.lanbook.com/reader/book/151131/#1](https://e.lanbook.com/reader/book/151131/#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	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

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

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (спортивный зал, стадион, тренажерный зал, зал гимнастики и аэробики). Оснащение: мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации, спортивный инвентарь и оборудование, тренажерные устройства для разных групп мышц, гимнастические коврики, гантели, фитболы, степы, жгуты.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Оснащение: 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, лыжная база. Оснащение: стеллажи и контейнеры для хранения спортивного инвентаря и оборудования, стеллажи для лыжного оборудования (лыжи, палки, ботинки).

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Тест 1

Общие вопросы теории физического воспитания дошкольников и школьников.

1. Физическое развитие — это

- А) уровень развития двигательных навыков, умений, физических качеств.
- Б) это исторически обусловленный уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности.
- В) педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства.
- Г) процесс изменения форм и функций организма человека в течение индивидуальной жизни.

2. Физическое воспитание — это

- А) одна из сторон физического воспитания, включающая овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями.
- Б) педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства.
- В) это движения, двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности (подвижные игры), отобранные в качестве средств для решения задач физического воспитания.
- Г) процесс изменения форм и функций организма человека в течение индивидуальной жизни.

3 Физическая подготовка - это

- А) прикладная направленность физического воспитания по отношению к трудовой или иной деятельности, требующей физической подготовленности (например физическая подготовка актера, летчика, космонавта, спортсмена и др.).
- Б) называют всякую деятельность, характерным компонентом которой является активность двигательного аппарата человека.
- В) часть общей культуры, совокупность достижений общества в области физического совершенствования человека, накопленных в процессе общественно-исторической практики.
- Г) это исторически обусловленный уровень физического развития и высокая степень здоровья, всесторонней физической подготовленности.

4 Задачи физического воспитания дошкольников

- А) оздоровительная.
- Б) воспитательная.
- В) образовательная.
- Г) все варианты верны.

5 Перечислите средства физического воспитания

- А) гигиенические факторы.
- Б) естественные силы природы.

В) физические упражнения.

Г) все варианты верны.

6 Физкультурное занятие — это

А) основная форма организованного систематического обучения физическим упражнениям.

Б) кратковременные физические упражнения — проводится в средней, старшей и подготовительной группах в перерыве между занятиями, а также в процессе занятий, требующих интеллектуального напряжения.

В) часть общей культуры, совокупность достижений общества в области физического совершенствования человека, накопленных в процессе общественно-исторической практики.

Г) это движения, двигательные действия, а также сложные виды двигательной деятельности (подвижные игры), отобранные в качестве средств для решения задач физического воспитания.

Тест2

Методика физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста.

1 Информационно-рецептивный метод характеризуется-

А) элемент, составная часть целостной системы обучения. Обучение, в котором отсутствует в качестве составной части проблемное обучение, нельзя считать полноценным.

Б) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

В) продуманное, целенаправленное использование педагогом методов и приемов обучения способствует развитию творчества.

Г) реализуется с возможно полной регламентацией, которая предполагает соблюдение следующих условий:

наличие твердо предписанной программы движений (техника движений, порядок их повторения, изменения и связи друг с другом);

точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, а также нормирование интервалов отдыха и чередование его с нагрузками;

создание внешних условий, облегчающих управление действиями ребенка (распределение групп на местах занятий, использование пособий, снарядов, тренажеров, способствующих выполнению учебных заданий, дозирование нагрузки, контроль за ее воздействием и т.д.).

2 Метод круговой тренировки заключается-

А) что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма.

Б) продуманное, целенаправленное использование педагогом методов и приемов обучения способствует развитию творчества.

В) продуманное, целенаправленное использование педагогом методов и приемов обучения способствует развитию творчества.

Г) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

3 Метод строго регламентированного упражнения

А) продуманное, целенаправленное использование педагогом методов и приемов обучения способствует развитию творчества.

Б) реализуется с возможно полной регламентацией, которая предполагает соблюдение следующих условий:

наличие твердо предписанной программы движений (техника движений, порядок их повторения, изменения и связи друг с другом);

точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, а также нормирование интервалов отдыха и чередование его с нагрузками;

создание внешних условий, облегчающих управление действиями ребенка (распределение групп на местах занятий, использование пособий, снарядов, тренажеров, способствующих выполнению учебных заданий, дозирование нагрузки, контроль за ее воздействием и т.д.).

В) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

Г) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

4 Метод проблемного обучения-

А) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

Б) элемент, составная часть целостной системы обучения. Обучение, в котором отсутствует в качестве составной части проблемное обучение, нельзя считать полноценным.

В) характеризуется взаимосвязью и взаимозависимостью между деятельностью педагога и ребенка. В этом совместном процессе он позволяет комплексно использовать различные способы обучения; воспитателю четко, конкретно, образно донести знания, а ребенку — осознанно их запомнить и усвоить.

Г) продуманное, целенаправленное использование педагогом методов и приемов обучения способствует развитию творчества.

Ключ

1 раздел

1-г, 2-б, 3-а, 4-г, 5-г, 6-а.

2 раздел

1-б, 2-а, 3-б, 4-б.

Примерный перечень тем рефератов

1. Современные представления о здоровье человека. Факторы, определяющие здоровье.
2. Основные показатели индивидуального здоровья.
3. Демографические тенденции показателей здоровья групп населения.
4. Факторы риска, их роль в ослаблении здоровья.
5. ЗОЖ, принципы ВОЗ по обеспечению ЗОЖ.
6. Мотивация потребностей занятий ФК и спортом.
7. Биологический энергопотенциал. Его роль в профилактике социально-детерминированных заболеваний.
8. Гиподинамия и гипокинезия. Их роль в профилактике «болезней адаптации».
9. Методологические подходы к ФК индивида.
10. Роль физических упражнений в ослаблении и профилактике биосоциальных факторов риска.
11. Общий и социальный эффект оздоровительных занятий.
12. Особенности показателей здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста.
13. Особенности психофизического состояния подростков и юношей.
14. Особенности физической культуры лиц среднего и пожилого возраста.
15. Дозировка физических нагрузок. Принципы и методы дозировки.
16. Показания и противопоказания ОФК.
17. Особенности методики развития аэробной выносливости.
18. Особенности методики развития аэробной силовой выносливости.
19. Особенности методики развития и сохранения гибкости.

Приложение 2

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

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

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
ПК-1 Способен осуществлять учебную деятельность обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и (или) ДПП		
ПК-1.1	осуществляет управление ситуацией по вопросам профессионального самоопределения, развития и адаптации обучающихся;	<p><i>Перечень теоретических вопросов к экзамену:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретические основы физического воспитания детей школьного возраста. 2. Контроль за организацией физического воспитания в средних образовательных школах. 3. Методы исследования, используемые в физическом воспитании детей школьного возраста. 4. Урок (по физической культуре) как основная форма физкультурно-оздоровительной технологии для детей школьного возраста. 5. Ритмика в среднем образовательном учреждении. Утренняя гимнастика в школе. 6. Физкультминутка в средней общеобразовательной школе. 7. Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (воздушные ванны, водные мероприятия, солнечные ванны). 8. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. Игры на переменах. Секция общей физической подготовки.
ПК-1.2	решает профессиональные задачи по планированию и организации занятий по курсам и дисциплинам, а также самостоятельной работы обучающихся; по модернизации оснащения и формирования предметно-пространственной среды;	<p><i>Примерный перечень практических заданий:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить комплекс упражнений оздоровительной направленности и провести занятие с учебной группой. 2. Подготовить и провести спортивный праздник.
ПК-1.3	осуществляет контроль за подготовленностью и мотивацией обучающихся	<p><i>Комплексные задания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Составить расписание дня для учащихся начальной школы. 2. Составить рацион питания на неделю для детей школьного возраста.
ПК-2: Способен осуществлять тренировочный процесс спортсменов на тренировочном этапе		
ПК-2.1	управляет ситуацией формирования разносторонней подготовленностью занимающихся в	<p><i>Перечень теоретических вопросов к экзамену:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия «Здоровье», «Здоровый образ жизни», виды здоровья. 2. Общая характеристика значения занятий физическими упражнениями.

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
	избранном виде спорта	<p>3. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные системы организма.</p> <p>4. Влияние занятий физическими упражнениями на развитие физических, психических и психофизиологических качеств.</p> <p>5. Физиологический механизм оздоровительного влияния занятий физическими упражнениями.</p> <p>6. Принципы программирования и проведения физкультурно-оздоровительных занятий.</p> <p>7. Методы проведения физкультурно-оздоровительных занятий.</p>
ПК-2.2	организует тренировочный процесс по избранному виду спорта	<p><i>Практические задания:</i> Организовать занятия с применением современных физкультурно-оздоровительных технологий (утренняя гимнастика, футбол, физкультурный праздник, скандинавская ходьба).</p>

Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:

Показатели и критерии оценивания зачета:

Требования, предъявляемые к студентам, для получения экзамена по дисциплине «Физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста»:

1. 100% посещение лекционных занятий, проводимых в сетке учебного расписания и дополнительных занятий при необходимости, предоставление конспектов лекций.
2. Критерием успешности освоения учебного материала студентом является экспертная оценка преподавателя регулярности посещения обязательных учебных занятий, результатов опросов по пройденным темам.

– **отлично**» - глубокий, осмысленный, полный по содержанию ответ, не требующий дополнений и уточнений. Отличный ответ должен характеризоваться последовательностью, логикой изложения, умением студента подтверждать основные теоретические положения практическими примерами, устанавливать межпредметные связи, наличием собственной точки зрения на излагаемую проблему. Студент должен продемонстрировать умение анализировать материал, обобщать его, делать точные емкие выводы. Ему необходимо хорошо ориентироваться в содержании материала, быстро и точно отвечать на дополнительные вопросы. Речь студента должна быть грамотной и достаточно выразительной. Студент должен овладеть всеми компетенциями, предусмотренными в образовательной программе.

«хорошо» - содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочёты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.

По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к отличному ответу. Студент должен овладеть всеми компетенциями, предусмотренными в образовательной программе.

«удовлетворительно» - содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины. Студент должен овладеть всеми компетенциями, предусмотренными в образовательной программе.

«неудовлетворительно» - студент не может изложить содержание материала, не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя. Студент овладел недостаточным количеством компетенций.

Приложение 3

Методические указания для студентов

Процесс обучения дисциплине **«Физкультурно-оздоровительные технологии для детей школьного возраста»** включает в себя:

аудиторную работу

- посещение лекционных занятий, оформление конспектов лекций;
- выполнение тестовых заданий.

самостоятельную работу (внеаудиторную работу)

- проработка конспектов лекций;
- проработка материала, представленного в основной, дополнительной литературе и в перечне методических указаний по проведению учебных занятий;
- подготовка и оформление реферата по дисциплине;
- подготовка к экзамену.

Успешное изучение дисциплины осуществляется при выполнении всех перечисленных видов работ.

Самостоятельная работа – это сложное дидактическое образование, отражающее особенности взаимосвязанной деятельности преподавателей и студентов. Для преподавателя самостоятельная работа является методом, и средством обучения, и формой учебного взаимодействия со студентами. По отношению к студенту самостоятельная работа выступает и как метод учения, то есть способ познавательной деятельности и как ее форма.

Целью самостоятельной работы студентов является следующее:

- 1) максимально возможное расширение и углубление знаний по проблемам, рассматриваемым в изучаемом курсе;
- 2) развитие навыков самодиагностики и самоанализа;

- 3) формирование целостного представления о своей личности и индивидуальности;
- 4) прогнозирование и в дальнейшем реализация возможных путей самокоррекции;
- 5) обеспечение компетентности, адаптивности и конструктивности поведения студента как будущего специалиста и жизненно успешного человека.

Характеристика метода самостоятельного изучения литературы

Научиться работать с книгой для студента значит, прежде всего, приобрести хорошие навыки самостоятельного изучения учебных материалов.

Ведущие специалисты в области методики отмечают, что работа с книгой требует:

- сосредоточиваться на том, что читаешь;
- выделять суть читаемого, отбрасывая мелочи;
- охватывать мысль автора вполне ясно и отчетливо: это помогает выработке ясности и отчетливости собственных мыслей;
- мыслить последовательно;
- воображать ярко и отчетливо, переживая то, что читаешь.

Не утратила своей силы старая истина: книги хороши лишь для тех людей, которые умеют их читать.

Работать над книгой надо с карандашом в руках. Различные записи прочитанного дисциплинируют читателя, облегчают его умственный труд, мобилизуют внимание, позволяют выделить главное. Записи контролируют восприятие прочитанного. Они облегчают запоминание и предохраняют от возможных неточностей.

Рекомендуемые виды записей.

Заметки на полях. План прочитанного. Выписки. Тезисы. Конспект. Конспекты условно подразделяют на плановые, текстуальные, свободные, тематические.

План-конспект — запись, в которой каждому пункту плана отвечает определенная часть конспекта, кроме тех случаев, когда дополнений и разъяснений плана не требуется. Схематический план-конспект отражает логическую структуру и взаимосвязь отдельных положений источника чаще всего в графическом виде.

Текстуальный конспект — это конспект, созданный в основном из отрывков подлинника (цитат), это прекрасный источник дословных высказываний автора, а также приводимых им фактов. Текстуальные выписки связаны друг с другом цепью логических переходов, могут быть снабжены планом и включать отдельные тезисы в изложении конспектирующего или автора.

Свободный конспект сочетает выписки, цитаты, иногда тезисы; часть его текста может быть снабжена планом. Это наиболее полноценный вид конспекта. Он способствует лучшему усвоению материала и развитию творческой активности читателя, не привязывая его к авторским формулировкам.

Тематический конспект дает более или менее исчерпывающий ответ на поставленный вопрос (тему) на основе использования ряда источников. Специфика его в том, что, разрабатывая определенную тему, он может полно не отображать содержание каждого из изучаемых произведений.

Общий объем конспекта должен быть меньше изучаемого текста в 10-15 раз. Подобное сокращение достигается как за счет тщательного отбора материала, так и в результате краткого изложения и экономии речевых средств (сокращение слов и общепотребительных выражений).

Рассмотренные формы записи можно успешно использовать при подготовке устного выступления (доклада) на практическом (семинарском) занятии, написании письменной работы.