



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

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



УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета физической  
культуры и спортивного мастерства  
Р.А. Козлов

«28» сентября 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ(МОДУЛЯ)**

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Направление подготовки (специальность)  
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) программы  
Физическая культура

Уровень высшего образования – бакалавриат  
Программа подготовки – академический бакалавриат

Форма обучения  
Заочная

Факультет  
Кафедра  
Курс

физической культуры и спортивного мастерства  
спортивного совершенствования  
4

Магнитогорск  
2018 г.

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом МОиН РФ от 04.12.2015 № 1426 для профиля Физическая культура

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивного совершенствования  
«30» августа 2018 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  /В.В.Алонцев/

Рабочая программа одобрена методической комиссией факультета физической культуры и спортивного мастерства  
«28» сентября 2018 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/



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

Целями освоения дисциплины (модуля) «Методика обучения физической культуре» являются:

Формирование у студентов профессионального мировоззрения, теоретических знаний и методико-технологических умений и навыков преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» и на их основе обеспечения готовности к работе в образовательных учреждениях различного типа

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

Дисциплина «Методика обучения физической культуре» входит в часть блока 1 образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура (Б1.Б.13.3).

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин «Профессиональная этика», «Физиология».

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для последующего прохождения преддипломной практики, государственной итоговой аттестации.

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

В результате освоения дисциплины (модуля) «Методика обучения физической культуре» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1 готовностью 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» ...; - социальную значимость физической культуры, ее влияние на растущий организм ребенка; - место и роль физической культуры в развитии ребенка; - средства, методы пропаганды и организации здорового и активного образа жизни среди детей;
Уметь	- мотивировать детей к регулярным занятиям физической культурой; - планировать занятия и досуговые мероприятия с целью повышения мотивации и формирования интереса к физической культуре - 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;

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
	<ul style="list-style-type: none"> <li>-приобретать знания в области физической культуры;</li> <li>-корректно выражать и аргументированно обосновывать положения предметной области знания;</li> </ul>
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 аргументированно 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 обучаемых;</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 готовностью 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>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
Уметь	-организовать собственную профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования
Владеть	-навыками реализации и толкования законов, и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации;
ПК-1готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	
Знать	-сущность и структуру образовательных программ по физической культуре, требований к ним; - предмет физическая культура в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основных общеобразовательных программ, ее историю и место в мировой культуре и науке; - программы и учебники по физической культуре; - основы методики преподавания физической культуры и принципы деятельностного подхода
Уметь	-планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой по физической культуре; -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; - навыками планирования и проведения учебных занятий по физической культуре; - навыками систематического анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению физической культуре;
ПК-2способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	
Знать	- роль и значение физической культуры в развитии личности и подготовке к жизни и профессиональной деятельности; - средства и методы физической культуры и спорта -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; - разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по физической культуре с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события современности; - применять современные образовательные технологии, включая информационные и проводить учебные занятия, опираясь на достижение этих технологий; - использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий;
Владеть	-формами и методами обучения физической культуре, в том числе выходящими за рамки учебных занятий; - навыками объективного оценивания знаний обучающихся физической

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения
	культуре на основе тестирования и других методов контроля;
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	-навыками формирования универсальных учебных действий в процессе занятий физической культурой; - навыками формирования общекультурных компетенций и понимания места предметов в общей картине мира - навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающихся по физической культуре;

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы 108 акад. часа, в том числе:

- контактная работа – 8,4 акад. часов:
  - аудиторная – 8 акад. часа;
  - внеаудиторная – 0,4 акад. часа
- самостоятельная работа – 95,7 акад. часов.
- подготовка к зачету – 3,9 акад. часа

Раздел/ тема дисциплины	Курс	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. Научно-методические основы физического воспитания	4							
1.1 Целенаправленность физического воспитания.	4	0,3			5	– подготовка докладов по заранее обозначенным в рабочей программе дисциплины темам; – поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы; работа	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	ОПК-1-зுவ ОПК-2-зுவ ОПК-4-зுவ ПК-1-зுவ ПК-2-зுவ ПК-4-зுவ
1.2 Методические закономерности процесса физического воспитания школьников.	4	0,3			5	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями,	Проверка изучения основной и дополнительной литературы	ОПК-1-зுவ ОПК-2-зுவ ОПК-4-зுவ ПК-1-зுவ



Раздел/ тема дисциплины	Курс	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				
						энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;		ПК-2-зуб ПК-4-зуб
1.3 Педагогические направления физического воспитания школьников.	4	0,3			5	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	ОПК-1-зуб ОПК-2-зуб ОПК-4-зуб ПК-1-зуб ПК-2-зуб ПК-4-зуб
1.4 Комплексный подход в физическом воспитании. Оптимизация физического воспитания. Дифференциация физического воспитания.	4	0,1			5	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	ОПК-1-зуб ОПК-2-зуб ОПК-4-зуб ПК-1-зуб ПК-2-зуб ПК-4-зуб
1.5 Деятельностный и личностный подходы в физическом воспитании школьников. Функции педагогической работы учителя физической культуры. Квалификационная характеристика должностных обязанностей учителя физической культуры.	4				5	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	ОПК-1-зуб ОПК-2-зуб ОПК-4-зуб ПК-1-зуб ПК-2-зуб ПК-4-зуб

Раздел/ тема дисциплины	Курс	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				
туры.								
<b>Итого по разделу</b>	4	1		8	25			
2.Урочное направление физического воспитания								
2.1Педагогические требования к современному уроку физической культуры. Структура, типы и разновидности уроков.	4	0,3			10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	ОПК-1-зுவ ОПК-2-зுவ ОПК-4-зுவ ПК-1-зுவ ПК-2-зுவ ПК-4-зுவ
2.3 Методика урока физической культуры.	4	0,3			10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	Проверка изучения основной и дополнительной литературы	ОПК-1-зுவ ОПК-2-зுவ ОПК-4-зுவ ПК-1-зுவ ПК-2-зுவ ПК-4-зுவ
2.4Методические особенности занятий физическими упражнениями с учащимися младшего школьного возраста (1-4) классов.	4	0,3		1	10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учеб-	Проведение одной из частей урока по физической культуре в младших, средних и старших классах (6 уроков); - провести хронометрирование урока,	ОПК-1-зுவ ОПК-2-зுவ ОПК-4-зுவ ПК-1-зுவ ПК-2-зுவ

Раздел/ тема дисциплины	Курс	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				
						ной и научной литературы;	-определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;	ПК-4-зув
2.5 Методические особенности занятий по дисциплине «Физическая культура» со школьниками средних (5-9) классов. Оценочно-аналитический компонент технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура».	4	0,1		1	10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	- провести хронометрирование урока, -определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;	ОПК-1-зув ОПК-2-зув ОПК-4-зув ПК-1-зув ПК-2-зув ПК-4-зув
2.6 Методические особенности занятий по дисциплине «Физическая культура» со школьниками старших (10-11) классов. Оценочно-аналитический компонент технологии технологии учебно-воспитательного процесса в предмете «Физическая культура».	4			1	10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	- провести хронометрирование урока, -определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;	ОПК-1-зув ОПК-2-зув ОПК-4-зув ПК-1-зув ПК-2-зув ПК-4-зув
2.7 Планирования урока физической культуры.	4			1	10	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	- провести хронометрирование урока, -определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;	ОПК-1-зув ОПК-2-зув ОПК-4-зув ПК-1-зув ПК-2-зув ПК-4-зув

Раздел/ тема дисциплины	Курс	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				
2.8 Технологическая карта физического воспитания. Анализ урока физической культуры. Учёт и оценка учащихся.	4					<ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями);</li> <li>- самостоятельное изучение учебной и научной литературы;</li> <li>- подготовка к практическому занятию. Написание и защита реферата по избранной теме.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- провести хронометрирование урока,</li> <li>- определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;</li> <li>;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ОПК-1-зуб</li> <li>ОПК-2-зуб</li> <li>ОПК-4-зуб</li> <li>ПК-1-зуб</li> <li>ПК-2-зуб</li> <li>ПК-4-зуб</li> </ul>
<b>Итого по разделу</b>	4	1		4	60	-		
3. Внеклассное направление физического воспитания школьников.	4					<ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями);</li> <li>- самостоятельное изучение учебной и научной литературы;</li> </ul>	Проверка изучения основной и дополнительной литературы.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ОПК-1-зуб</li> <li>ОПК-2-зуб</li> <li>ОПК-4-зуб</li> <li>ПК-1-зуб</li> <li>ПК-2-зуб</li> <li>ПК-4-зуб</li> </ul>
3.1 Организация и управление внеклассным направлением физического воспитания.	4			1	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями);</li> <li>- самостоятельное изучение учебной и научной литературы;</li> </ul>	Проверка изучения основной и дополнительной литературы	<ul style="list-style-type: none"> <li>ОПК-1-зуб</li> <li>ОПК-2-зуб</li> <li>ОПК-4-зуб</li> <li>ПК-1-зуб</li> <li>ПК-2-зуб</li> <li>ПК-4-зуб</li> </ul>

Раздел/ тема дисциплины	Курс	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				
3.3 Структура и формы внеклассного направления физического воспитания .	4			1/2И	2	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	. Проверка изучения основной и дополнительной литературы	ОПК-1-зуб ОПК-2-зуб ОПК-4-зуб ПК-1-зуб ПК-2-зуб ПК-4-зуб
3.4 Методика внеклассных занятий .	4				3,7	– поиск дополнительной информации по заданной теме (работа с библиографическим материалами, справочниками, каталогами, словарями, энциклопедиями); – самостоятельное изучение учебной и научной литературы;	. Проверка изучения основной и дополнительной литературы	ОПК-1-зуб ОПК-2-зуб ОПК-4-зуб ПК-1-зуб ПК-2-зуб ПК-4-зуб
<b>Итого по разделу</b>				<b>2/2И</b>	<b>10,7</b>		<b>Тестирование Контрольная работа</b>	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>6/2И</b>	<b>95,7</b>		<b>Зачет</b>	

## **5 Образовательные и информационные технологии**

Дисциплина «Методика обучения физической культуре» реализуется в форме лекционных и практических занятий.

В ходе изучения дисциплины используются образовательные и информационные технологии:

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.

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.

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 обучения физической культуре» 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 обучения физической культуре» предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся.

Аудиторная самостоятельная работа студентов предполагает письменный ответ на один из контрольных вопросов и выполнение тестовых заданий.

### *Тест .*

*1. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:*

- 1) способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;*
- 2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;*
- 3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;*

- 4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.
2. *В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность характерны для:*
  - 1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;
  - 2) контрольных уроков;
  - 3) уроков общей физической подготовки;
  - 4) уроков освоения нового материала.
3. *Планирование в физическом воспитании – это:*
  - 1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;
  - 2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;
  - 3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;
  - 4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.
4. *Педагогический контроль в физическом воспитании – это:*
  - 1) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;
  - 2) прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;
  - 3) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;
  - 4) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.
5. *Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:*
  - 1) учебная программа по физическому воспитанию;
  - 2) учебный план;
  - 3) поурочный рабочий (тематический) план;
  - 4) план педагогического контроля и учета.
6. *Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании урока (занятия) определяется с помощью ...контроля.*
  - 1) оперативного;
  - 2) текущего;
  - 3) итогового;
  - 4) рубежного.
7. *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.
- 8 *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.
9. 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.
10. 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.
11. В основной части урока физической культуры вначале:
- 1) закрепляются и совершенствуются усвоенные ранее двигательные умения и навыки;
  - 2) разучиваются новые двигательные действия или их элементы;
  - 3) выполняются упражнения, требующие проявления выносливости;
  - 4) выполняются упражнения, требующие проявления силы.
12. 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.
13. 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.
14. Укажите основное назначение ориентиров (предметных регуляторов) на уроках физической культуры:
- 1) воспитание волевых качеств;
  - 2) создание оптимальной плотности урока;
  - 3) дозирование физических нагрузок;
  - 4) создание правильных мышечно-двигательных ощущений.
15. На уроках физической культуры упражнения на выносливость всегда следует выполнять:
- 1) в начале основной части урока;
  - 2) в середине основной части урока;
  - 3) в конце основной части урока;
  - 4) в заключительной части урока.
16. Для развития вестибулярной устойчивости надо чаще применять упражнения:
- 1) на равновесие;
  - 2) на координацию движений;
  - 3) на быстроту движений;
  - 4) на силу.



17. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:

- 1) время выполнения двигательного действия;
- 2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);
- 3) продолжительность сна;
- 4) коэффициент выносливости.

18. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

- 1) физической нагрузкой;
- 2) интенсивностью физической нагрузки;
- 3) моторной плотностью урока;
- 4) общей плотностью урока.

19. Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется:

- 1) индексом физической нагрузки;
- 2) интенсивностью физической нагрузки;
- 3) моторной плотностью урока;
- 4) общей плотностью урока.

### **Примерные индивидуальные домашние задания (ИДЗ):**

Составить три плана-конспекта учебных занятий различных типов для 1-4,5-9 и 10-11 классов

1. Тестирование (30 метров, подтягивание, подъем туловища, сгибание рук в упоре)
2. Высокий старт с опорой на руку.
3. Высокий старт, стартовый разгон до 10-15 метров.
4. Бег 60 м на результат.
5. Прыжки в длину с разбега способом согну ноги.
6. Метание мяча с места в цель.
7. Прыжки в длину с разбега 7-9 шагов.
8. Метание мяча с 4-5 шагов на дальность.
9. Техника безопасности во время занятий бадминтоном. Основы знаний. Краткая история и сущность игры в бадминтон.
10. ОРУ Для увеличения подвижности плечевого пояса. Для увеличения подвижности суставов ног. Для развития гибкости туловища.
11. Техника игры. Хват ракетки, упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи.
12. Основная стойка при подаче, приеме подачи, ударах. Подача.
13. Жонглирование на разную высоту с перемещением
14. Имитация техники ударов справа, слева. Передвижение по площадке без ракетки, с ракеткой.
15. Перекидывание волана в парах. Игры. Эстафета с воланом
16. Тестирование физической подготовленности. Челночный бег 3×10 м. Прыжки через скакалку. Отжимание в упоре лежа.
17. Техника безопасности во время занятий гимнастикой
18. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой
19. Кувырок в перед, стойка на лопатках.
20. Кувырок назад, кувырок вперед, мост из положения лежа.
21. Стойка на лопатках, перекат в перед в упор присев.
22. Прыжки с поворотами, стойки, упоры, равновесия.
23. Кувырок назад, кувырок вперед, оборот боком.
24. Стойка на лопатках, мост из положения лежа.
25. Висы и упоры, опорный прыжок.
26. Акробатическая комбинация из изученных элементов.
27. Акробатическая комбинация

28. Техника безопасности во время занятий лыжной подготовкой
29. Скользящий шаг без палок
30. Повороты переступанием
31. Скользящий шаг с палками
32. Попеременный двухшажный ход
33. Одновременный безшажный ход
34. Спуски и подъёмы, торможения.
35. Подъем «полуелочкой»
36. Повороты переступанием в движении на спуске
37. Торможение «плугом»
38. Попеременный двухшажный ход
39. Одновременный безшажный ход
40. Спуски с пологих склонов
44. Прохождение дистанции до 3 км
45. Повороты переступанием при спусках.
46. Прохождение дистанции 1 км на результат.
47. Игры и эстафеты на лыжах.
48. Подвижные игры на лыжах.
49. Техника безопасности во время занятий баскетболом. Стойка игрока, перемещения в стойке
50. Ведение мяча на месте и в движении
51. Передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении
52. Броски одной и двумя руками с места и в движении
53. Остановка мяча в прыжке и в шаге
54. Комбинации из изученных элементов; ловля, передача, броски
55. Комбинации из изученных элементов; ловля, передача, броски
56. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении
57. Учебная игра в баскетбол.
58. Техника безопасности во время занятий волейболом, правила игры.
59. Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом боком, лицом, спиной вперед
60. Верхняя и нижняя передачи мяча над собой на месте
61. Нижняя прямая подача
62. Верхняя и нижняя передачи мяча через сетку в парах
63. Передачи мяча 2 руками сверху на месте и после перемещения вперед
- Бадминтон. Правила поведения соревнований по бадминтону. Техника игры.
64. Подача. Прием подачи сверху. Одиночные встречи со счетом до 5 очков
65. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Прыжки в высоту с разбега.
66. Метание мяча на дальность с 4-5 шагов
67. Прыжки в длину с разбега
68. Развитие физических качеств необходимых баскетболисту.
69. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении;
70. Обучение техники ведения мяча поочередно правой и левой рукой;
71. Развитие двигательных качеств посредством эстафет, с элементами баскетбола и игры в баскетбол.
- 72.. Совершенствовать игру в баскетбол, с отработкой всех навыков и приёмов, изученных ранее.
73. Совершенствование техники передачи мяча.
74. Совершенствование техники передачи мяча.

### **Перечень контрольных вопросов для подготовки к зачету**

1. Каковы функции теории и методике обучения «Физической культуре» в содержа-

нии подготовки специалиста с квалификацией «Педагог по физической культуре»? Перечислите комплекс педагогических задач, решаемых в преподавании дисциплины. Назовите основные понятия теории и методики обучения физической культуре и дайте определение каждому из них.

2. Дайте определение понятию физическая культура. Расскажите, чем физическая культура отличается от других предметов. Характеризуйте основные функции физической культуры. Охарактеризуйте современное состояние учебно-воспитательного процесса по ФК. Перечислите факторы, обуславливающие необходимость модернизации образования по ФК. Характеризуйте основные направления реформы физкультурного образования.

3. Дайте понятие «федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС)». Каковы основные характеристики нового стандарта? Назовите требования к результатам освоения основной образовательной программы. Каковы стратегические цели образования? Что является методологической основой нового стандарта? Каковы концептуальные основы стандарта общего образования? Что представляет собой ГОС первого поколения. Что представляет собой ФГОС.

4. Какова цель предмета «Физическая культура» в системе образования Российской Федерации? Какова роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе? Раскройте структуру содержания образования по предмету «Физическая культура». Охарактеризуйте комплексную программу «Физическая культура». В чем суть дифференцирования содержания образования предмета по ступеням и годам обучения? Перечислите основные разделы учебной программы по физической культуре. Перечислите факторы, обуславливающие необходимость модернизации образования по физической культуре.

5. Охарактеризуйте современное состояние учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Дайте определение «система учебно-воспитательного процесса». Что называется «системой»? Что такое системный подход в изучении процессов и явлений и чем он отличается от аналитического? Дайте определение понятия «педагогическая система учебного предмета «Физическая культура». Назовите элемент педагогической системы предмета «Физическая культура», являющийся одним из системообразующих. Назовите последовательно с выделением внутренней взаимосвязи элементы структуры педагогической системы предмета «Физическая культура».

6. В чем суть дидактического взаимодействия педагога и учащихся? Перечислите основные этапы развертывания дидактических процессов на уроках физической культуры. Каковы функции дидактических процессов в структуре педагогической системы предмета «Физическая культура»? Каковы психофизиологические и педагогические основы дидактических процессов в предмете «Физическая культура»? Назовите цель, задачи, этапы, дайте психолого-физиологическую и педагогическую характеристику каждому из них.

7. Дайте определение понятию «шаг» дидактических процессов в предмете «Физическая культура». Кто является активным участником дидактических процессов? Какое место занимает «шаг» в структуре педагогической системы предмета «Физическая культура»? Назовите субъектов дидактических процессов в предмете «Физическая культура». Из каких этапов состоят дидактические процессы в предмете «Физическая культура»? Что является движущей силой дидактических процессов в предмете «Физическая культура»? Охарактеризуйте структуру микроцикла дидактических процессов в предмете «Физическая культура».

8. Место урока в структуре дидактических процессов. В чем отличие урока от других форм организации занятий физическими упражнениями в школе? Что составляет содержание урока физической культуры? Что понимается под «структурой урока физической культуры»? По каким признакам классифицируются уроки физической культуры? Перечислите формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. В чем суть требований к уроку физической культуры в школе? Что составляет содержание урока физической культуры? Каково место урока в структуре педагогической системы учебного предмета «Физическая культура»?

9. Каково значение принципов обучения в теории и методике обучения предмету «Физическая культура»? Каково состояние научно-теоретической разработанности дидактических принципов предмета «Физическая культура»? Почему понадобилась адаптация общедидактических принципов к специфике предмета «Физическая культура»? Что понимается под педагогическими принципами предмета «Физическая культура»? Назовите их.

10. Охарактеризуйте сущность и содержание опосредованного и непосредственного взаимодействия педагога и учащихся. Каковы сущность и содержание подготовки учителя к уроку? Перечислите формы организации взаимодействия учителя и учащихся на уроках. Назовите этапы подготовки и дайте им характеристику. В чем выражается взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся в компоненте непосредственного дидактического взаимодействия? Определите взаимосвязь целей и задач урока при подготовке учителя к уроку. Каковы место и функции непосредственного дидактического взаимодействия в структуре технологии учебно-воспитательного процесса? В чем выражается взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся в компоненте непосредственного дидактического взаимодействия?

11. Дайте определение технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Дайте определение понятию «технология». Что такое цикл технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Какие существуют циклы технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»? Назовите основные структурные компоненты педагогических технологий. Что такое цикл технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»?

12. Дайте определение понятиям: целеопределение, целеобразование, целевыведение, целеконкретизация, целевыдвижение. Каково место, значение и функции целеполагания в технологии преподавания предмета «Физическая культура»? Как осуществляется целеполагание в технологии учебно-воспитательного процесса предмета «Физическая культура»? Каков порядок действий учителя в целеполагании? Какова сущность отбора и обоснования оптимального содержания и методов реализации учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе? Перечислите виды целей в технологии преподавания предмета.

13. Какова цель, задачи физического воспитания учащихся младших классов? В чем суть универсальных компетенций учащихся на этапе начального образования по физической культуре? Каковы результаты изучения предмета «Физическая культура»? Назовите средства физического воспитания младших школьников. В чем особенность организации работы по физическому воспитанию младших школьников? Каковы формы работы по физическому воспитанию с младшими школьниками? Перечислите обязанности учителя физической культуры младших классов. Раскройте специфические особенности уроков физической культуры в младших классах. Каковы требования к уроку физической культуры. Раскройте содержание начального общего образования по учебному предмету. Типы, уроков в практике работы с младшими школьниками. Способы организации младших школьников для выполнения упражнений

14. В чем заключается цель физического воспитания учащихся средних классов? Каковы задачи физического воспитания учащихся средних классов? В чем заключается эффективность построения учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе? Каковы результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в средних классах? Перечислите средства физического воспитания школьников средних классов. Раскройте основные формы организации образовательного процесса в средних классах по предмету. В чем выражается особенность уроков с образовательно-познавательной направленностью, с образовательно-обучающей направленностью, с образовательно-тренировочной направленностью? Каковы способы организации деятельности школьников 5-9 классов на уроке? Раскройте содержание основного общего образования по учебному предмету.

15 Теоретические основы методики физического воспитания учащихся старших классов. Раскройте цель, задачи физического воспитания учащихся. Какова особенность прохождения учебного материала старших классах? Каковы принципы физического воспитания старших школьников? Специфика педагогического процесса обучения девушек. Особенности методики обучения юношей. Назовите основные формы организации образовательного процесса в старших классах по предмету. Раскройте содержание среднего (полного) общего образования по учебному предмету. Анатомо-физиологические особенности школьников старших классов. Психические особенности школьников старших классов.

16. Какое место занимает планирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре? Что подлежит планированию? В чем сущность планирования? Назовите основные компоненты содержания подготовки учителя к уроку. Каковы функции планирования в технологии учебной работы? Что включает содержание планирования? Назначение документов перспективного планирования. Назначение документов оперативного планирования. Назначение документов текущего планирования.

17. Что такое анализ урока физической культуры? В чем заключается сущность анализа урока методом педагогического наблюдения? Объясните назначение, сущность и методику использования метода хронометрирования урока. Какой метод используется для определения рациональности регулирования физической нагрузки на уроке физической культуры? Каковы сущность, назначение и особенности использования рейтингового метода для анализа урока физической культуры? Каковы требования к контролю в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе?

18. Обоснуйте место педагогического контроля в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Назовите элементы содержания контрольного компонента деятельности учителя физической культуры. Какие методы применяет учитель, реализуя свою контрольную деятельность на уроках физической культуры? Перечислите формы организации педагогического контроля на уроках физической культуры. Каковы требования к контролю в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе? Назовите виды контроля в учебно-воспитательном процессе.

19. В чем сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебного процесса по предмету «Физическая культура»? Назовите функции контроля в технологии учебно-воспитательного процесса. Назовите методы получения оценочной информации в технологии учебного процесса по физической культуре в школе. Каково место оценки результатов дидактического взаимодействия учителя и учащихся в структуре дидактических процессов по предмету? Для чего нужна аналитическая информация в технологии учебного процесса по физической культуре?

#### Тематика рефератов

1. Формирование научно-методических основ обучения предмету «Физическая культура».
2. Развитие представления о целевом компоненте научно-методических основ предмета «Физическая культура».
3. Проблема цели и задач в научно-методических основах предмета «Физическая культура».
4. Развитие содержания образования по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования России.
5. . Современное состояние теории и практики содержания образования по предмету «Физическая культура».
6. Государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура».
7. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования по предмету «Физическая культура».
8. . Региональный компонент государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура».

9. Специфика процесса обучения по предмету «Физическая культура».
10. . Взаимосвязь методов обучения и развития двигательных качеств на этапах раз-  
вертывания педагогических процессов по предмету «Физическая культура».
11. . Принципы обучения предмету «Физическая культура».
12. . Системно-структурный и аналитический подход: к построению учебного процесса  
по предмету «Физическая культура».
13. . Педагогическая система предмета «Физическая культура».
14. . Учитель физической культуры как главный субъект педагогической системы  
учебного предмета.
15. . Требования к личности учителя физической культуры.
16. . Учащиеся — субъект взаимодействия преподавания и учения по предмету «Физи-  
ческая культура».
17. Возрастные особенности анатомо-физиологического развития учащихся общеобра-  
зовательных школ.
18. . Физическое развитие учащихся общеобразовательных школ.
19. Возрастно-половые особенности показателей физической подготовленности уча-  
щихся общеобразовательных школ.
20. . Особенности усвоения учащимися техники циклических двигательных действий в  
процессе обучения предмету «Физическая культура».
21. Особенности усвоения учащимися элементов техники процессе обучения предмету  
«Физическая культура».
22. . Особенности усвоения учащимися техники лыжных ходов в процессе обучения  
предмету «Физическая культура».
23. . Особенности усвоения учащимися элементов техники физических упражнений  
гимнастической направленности в обучении предмету «Физическая культура»..  
Особенности усвоения учащимися элементов техники основных способов плавания  
в обучении предмету «физическая культура».
24. Особенности развития двигательного качества быстроты у учащихся в обучении  
предмету «Физическая культура».
25. . Особенности развития двигательного качества силы у учащихся в обучении пред-  
мету «Физическая культура».
26. . Особенности развития двигательного качества выносливости у учащихся в обуче-  
нии предмету «Физическая культура».
27. . Особенности развития двигательного качества ловкости у учащихся в обучении  
предмету «Физическая культура».
28. . Особенности развития подвижности в суставах у учащихся в обучении предмету  
«Физическая культура».
29. . Комплексный подход к развитию двигательных качеств учащихся в обучении  
предмету «Физическая культура».
30. . Взаимосвязь процессов формирования двигательных навыков и развития двига-  
тельных качеств школьников в процессе обучения предмету «Физическая культу-  
ра».
31. . Физическая подготовленность школьников как компонент реальных учебных воз-  
можностей по предмету «Физическая культура».
32. . Отношение к предмету «Физическая культура» как составляющее структуры  
учебных возможностей школьников по дисциплине.
33. . Интересы учащихся к физической культуре и спорту как элемент структуры учеб-  
ных возможностей по дисциплине.
34. . Навыки учебного труда школьников в структуре их учебных возможностей по  
предмету «физическая культура».
35. . Состояние здоровья и уровень физического развития школьников в структуре  
учебных возможностей учащихся в обучении предмету «Физическая культура».
36. . Типы уроков, виды уроков физической культуры.

37. . Подготовка учителя к уроку в свете современных концепций о педагогической технологии.
38. . Проектирование дидактических взаимодействий педагога и учащихся на уроках физической культуры.
39. . Планирование, его виды, типы, содержание документов, требования к ним.
40. . Практическая реализация взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры: деятельность педагога и учащихся в содержании и структуре урока; формы их организации и реализации.
41. . Контроль и коррекция процесса взаимодействия учителя и учащихся: место в педагогической технологии, виды, содержание, формы организации, методы.
42. . Анализ итогов взаимодействия учителя и учащихся на уроке физической культуры и подготовка к следующему уроку.
43. . Оценка и отметка в учебной работе по предмету «Физическая культура»: роль, значение, место, критерии, методы, требования

## 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 готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности		
Знать	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные определения и понятия, такие как «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие» ...;</li> <li>- социальную значимость физической культуры, ее влияние на растущий организм ребенка;</li> <li>- место и роль физической культуры в развитии ребенка;</li> <li>- средства, методы пропаганды и организации здорового и активного образа жизни среди детей;</li> </ul>	<p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету:</b></p> <p>1. Каковы функции теории и методики обучения «Физической культуре» в содержании подготовки специалиста с квалификацией «Педагог по физической культуре»? Перечислите комплекс педагогических задач, решаемых в преподавании дисциплины. Назовите основные понятия теории и методики обучения физической культуре и дайте определение каждому из них.</p> <p>2. Дайте определение понятию физическая культура. Расскажите, чем физическая культура отличается от других предметов. Характеризуйте основные функции физической культуры. Охарактеризуйте современное состояние учебно-воспитательного процесса по ФК. Перечислите факторы, обуславливающие необходимость модернизации образования по ФК. Характеризуйте основные направления реформы физкультурного образования.</p>
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мотивировать детей к регулярным занятиям физической культурой;</li> <li>- планировать занятия и досуговые мероприятия с целью повышения мотивации и формирования интереса к физической культуре</li> <li>- 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;</li> </ul>	<p><b>Примерные практические задания:</b></p> <p>1. Составить комплекс упражнений для профилактики и коррекции нарушения осанки.</p> <p>2. Составить комплекс упражнений для развития координационных способностей</p>



Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	<p>-приобретать знания в области физической культуры;            -корректно выражать и аргументированно обосновывать положения предметной области знания;</p>	
Владеть	<p>-навыками организации исследования в профессиональной деятельности, профессионального самообразования и самоорганизации;            -навыками планирования и организации занятий и мероприятий по физической культуре;            -техникой речи (профессиональным языком) в процессе физкультурно-спортивных занятий, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументированно обосновывать различные положения;            -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 обучаемых;</p>	<p><b>Практические задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение урока 45 минут со студентами группы по программе общеобразовательной школы</li> <li>2. - Провести хронометрирование урока,</li> <li>3. -Определить общую и моторную плотность урока и сделать анализ эффективности проведения урока;</li> <li>4. Провести инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по избранному виду спорта.</li> </ol>
<p>ОПК-2способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>		
Знать	<p>-роли и месте физической культуры и спорта в обеспечении здоровья эстетических, нравственных и духовных ценностях физической культуры и спорта;            -дидактических закономерностях в физической культуре и спорте;            -методике оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;            -методике подготовки спортсменов;</p>	<p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Охарактеризуйте сущность и содержание опосредованного и непосредственного взаимодействия педагога и учащихся. Каковы сущность и содержание подготовки учителя к уроку? Перечислите формы организации взаимодействия учителя и учащихся на уроках. Назовите этапы подготовки и дайте им характеристику. В чем выражается взаимосвязь и взаимообусловленность деятельностей учителя и учащихся в компоненте непосредственного дидактического взаимодействия? Определите взаимосвязь</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	<p>-возрастно-половых закономерностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков;</p> <p>-анатоμο-физиологических, гигиенических и психолого-педагогических основах физического воспитания и спорта;</p>	<p>целей и задач урока при подготовке учителя к уроку. Каковы место и функции непосредственного дидактического взаимодействия в структуре технологии учебно-воспитательного процесса? В чем выражается взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся в компоненте непосредственного дидактического взаимодействия?</p> <p>2.. Дайте определение технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Дайте определение понятию «технология». Что такое цикл технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Какие существуют циклы технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»? Назовите основные структурные компоненты педагогических технологий. Что такое цикл технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»?</p>
Уметь	<p>- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения 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>	<p><b>Примерные практические задания:</b></p> <p><b>1. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;</li> <li>2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;</li> <li>3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;</li> <li>4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.</li> </ol> <p><b>2. В физическом воспитании широкое использование словесных и нагляд-</b></p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p><i>ных методов, невысокая «моторная» плотность характерны для:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;</li> <li>2) контрольных уроков;</li> <li>3) уроков общей физической подготовки;</li> <li>4) уроков освоения нового материала.</li> </ol> <p><i>3. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) учебная программа по физическому воспитанию;</li> <li>2) учебный план;</li> <li>3) поурочный рабочий (тематический) план;</li> <li>4) план педагогического контроля и учета.</li> </ol> <p><i>4. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании урока (занятия) определяется с помощью ...контроля.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) оперативного;</li> <li>2) текущего;</li> <li>3) итогового;</li> <li>4) рубежного.</li> </ol> <p><i>5. Отличительной особенностью физкультурных занятий в начальной школе является акцент на решение:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) оздоровительных задач;</li> <li>2) образовательных задач;</li> <li>3) воспитательных задач;</li> <li>4) задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания.</li> </ol>
Владеть	- владеет психолого-педагогическими, медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками, необходимыми для обучения	<p><b><i>Практические задания: тематика рефератов</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование научно-методических основ обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>2. Развитие представления о целевом компоненте научно-</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	<p>двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся</p> <p>-навыками осуществления учебного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</p>	<p>методических основ предмета «Физическая культура».</p> <p>3.Проблема цели и задач в научно-методических основах предмета «Физическая культура».</p> <p>4.Развитие содержания образования по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования России.</p> <p>5.. Современное состояние теории и практики содержания образования по предмету «Физическая культура».</p> <p>6.Государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура».</p> <p>7.Федеральный компонент государственного стандарта общего образования по предмету «Физическая культура».</p> <p>8.. Региональный компонент государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура».</p> <p>9.Специфика процесса обучения по предмету «Физическая культура».</p> <p>5. в обучении предмету «Физическая культура».</p>
ОПК-4готовностью 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>Перечень теоретических вопросов к зачету:</b></p> <p>1.Что такое анализ урока физической культуры? В чем заключается сущность анализа урока методом педагогического наблюдения? Объясните назначение, сущность и методику использования метода хронометрирования урока. Какой метод используется для определения рациональности регулирования физической нагрузки на уроке физической культуры? Каковы сущность, назначение и особенности использования рейтингового метода для анализа урока физической культуры? Каковы требования к контролю в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе?</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
Уметь	. -организовать собственную профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами сферы образования	<p><b>Примерные практические задания:</b></p> <p><i>1.. Планирование в физическом воспитании – это:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;</li> <li>2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;</li> <li>3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;</li> <li>4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.</li> </ol> <p><i>2.. Педагогический контроль в физическом воспитании – это:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;</li> <li>2) прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;</li> <li>3) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;</li> <li>4) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
Владеть	-навыками реализации и толкования законов, и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации;	<p><b>Практические задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.. Состояние здоровья и уровень физического развития школьников в структуре учебных возможностей учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>2.. Типы уроков, виды уроков физической культуры.</li> <li>3.. Подготовка учителя к уроку в свете современных концепций о педагогической технологии.</li> <li>4.. Проектирование дидактических взаимодействий педагога и учащихся на уроках физической культуры.</li> <li>5..Планирование, его виды, типы, содержание документов, требования к ним.</li> <li>6.. Практическая реализация взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры: деятельность педагога и учащихся в содержании и структуре урока; формы их организации и реализации.</li> <li>7.. Контроль и коррекция процесса взаимодействия учителя и учащихся: место в педагогической технологии, виды, содержание, формы организации, методы.</li> <li>8.. Анализ итогов взаимодействия учителя и учащихся на уроке физической культуры и подготовка к следующему уроку.</li> </ol>
<b>ПК-1готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов</b>		
Знать	-сущность и структуру образовательных программ по физической культуре, требований к ним; - предмет физическая культура в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основных общеобразовательных программ, ее историю и местов мировой культуре и науке; - программы и учебники по физической культуре;	<p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. В чем сущность оценочно-аналитического компонента технологии учебного процесса по предмету «Физическая культура»? Назовите функции контроля в технологии учебно-воспитательного процесса. Назовите методы получения оценочной информации в технологии учебного процесса по физической культуре в школе. Каково место оценки результатов дидактического взаимодействия учителя и учащихся в структуре дидактиче-</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	- основы методики преподавания физической культуры и принципы деятельностного подхода	ских процессов по предмету? Для чего нужна аналитическая информация в технологии учебного процесса по физической культуре?  1.
Уметь	-планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой по физической культуре; -разрабатывать учебные программы по профильному предмету на основе государственных образовательных стандартов;	<b>Примерные практические задания:</b> <i>1. На уроках физической культуры упражнения на выносливость всегда следует выполнять:</i> 1) в начале основной части урока; 2) в середине основной части урока; 3) в конце основной части урока; 4) в заключительной части урока. <i>2.. Для развития вестибулярной устойчивости надо чаще применять упражнения:</i> 1) на равновесие; 2) на координацию движений; 3) на быстроту движений; 4) на силу. <i>3.. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:</i> 1) время выполнения двигательного действия; 2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС); 3) продолжительность сна; 4) коэффициент выносливости. <i>4.. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:</i> 1) физической нагрузкой; 2) интенсивностью физической нагрузки; 3) моторной плотностью урока;

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>4) общей плотностью урока.</p> <p>5.. <i>Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) индексом физической нагрузки;</li> <li>2) интенсивностью физической нагрузки;</li> <li>3) моторной плотностью урока;</li> <li>4) общей плотностью урока.</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><i>Практические задания:рефераты</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности развития двигательного качества силы у учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>2. Особенности развития двигательного качества выносливости у учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>3.Особенности развития двигательного качества ловкости у учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>4.Особенности развития подвижности в суставах у учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>5.. Комплексный подход к развитию двигательных качеств учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>6.. Взаимосвязь процессов формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств школьников в процессе обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>7. Физическая подготовленность школьников как компонент реальных учебных возможностей по предмету «Физическая культура».</li> <li>8.. Отношение к предмету «Физическая культура» как составляющее структуры учебных возможностей школьников по дисциплине.</li> <li>. Интересы учащихся к физической культуре и спорту как элемент</li> </ol>



Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		9.структуры учебных возможностей по дисциплине.
ПК-2 способностью 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>Перечень теоретических вопросов к зачету</b></p> <p>1 Обоснуйте место педагогического контроля в технологии учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура». Назовите элементы содержания контрольного компонента деятельности учителя физической культуры. Какие методы применяет учитель, реализуя свою контрольную деятельность на уроках физической культуры? Перечислите формы организации педагогического контроля на уроках физической культуры. Каковы требования к контролю в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе? Назовите виды контроля в учебно-воспитательном процессе.</p>
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 современности;</p> <p>- применять современные образовательные технологии, включая информационные и проводить учебные занятия, опираясь на достижение этих технологий;</p> <p>- использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий;</p>	<p><b>Примерные практические задания:</b></p> <p>1. 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</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) вводной;</li> <li>2) подготовительной;</li> <li>3) основной;</li> <li>4) заключительной.</li> </ol> <p>2.. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и тоже задание учителя физической культуры:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) фронтальный;</li> <li>2) поточный;</li> </ol>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		3) одновременный; 4) групповой. 3. <i>Укажите основное назначение ориентиров (предметных регуляторов) на уроках физической культуры:</i> 1) воспитание волевых качеств; 2) создание оптимальной плотности урока; 3) дозирование физических нагрузок; 4) создание правильных мышечно-двигательных ощущений.
Владеть	-формами и методами обучения физической культуре, в том числе выходящими за рамками учебных занятий; - навыками объективного оценивания знаний обучающихся физической культуре на основе тестирования и других методов контроля;	<b><i>Практические задания:</i></b> 1. <i>Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:</i> 1) время выполнения двигательного действия; 2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС); 3) продолжительность сна; 4) коэффициент выносливости. 2. <i>Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:</i> 1) физической нагрузкой; 2) интенсивностью физической нагрузки; 3) моторной плотностью урока; 4) общей плотностью урока. 3. <i>Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется:</i> 1) индексом физической нагрузки; 2) интенсивностью физической нагрузки; 3) моторной плотностью урока; 4) общей плотностью урока.

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
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;	<p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету</b></p> <p>1.. Какова цель, задачи физического воспитания учащихся младших классов? В чем суть универсальных компетенций учащихся на этапе начального образования по физической культуре? Каковы результаты изучения предмета «Физическая культура» Назовите средства физического воспитания младших школьников. В чем особенность организации работы по физическому воспитанию младших школьников? Каковы формы работы по физическому воспитанию с младшими школьниками? Перечислите обязанности учителя физической культуры младших классов. Раскройте специфические особенности уроков физической культуры в младших классах. Каковы требования к уроку физической культуры. Раскройте содержание начального общего образования по учебному предмету. Типы, уроков в практике работы с младшими школьниками. Способы организации младших школьников для выполнения упражнений</p>
Уметь	-умеет оценивать образовательные результаты: формируемые в процессе физического воспитания предметные и метапредметные компетенции;	<p><b>Примерные практические задания к зачету</b></p> <p>В чем заключается цель физического воспитания учащихся средних классов? Каковы задачи физического воспитания учащихся средних классов? В чем заключается эффективность построения учебно-воспитательного процесса по физической культуре в школе? Каковы результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в средних классах? Перечислите средства физического воспитания школьников средних классов. Раскройте основные формы</p>

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>организации образовательного процесса в средних классах по предмету. В чем выражается особенность уроков с образовательно-познавательной направленностью, с образовательно-обучающей направленностью, с образовательно-тренировочной направленностью? Каковы способы организации деятельности школьников 5-9 классов на уроке? Раскройте содержание основного общего образования по учебному предмету.</p>
Владеть	<p>-навыками формирования универсальных учебных действий в процессе занятий физической культурой;  - навыками формирования общекультурных компетенций и понимания места предметов в общей картине мира  - навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающихся по физической культуре;</p>	<p><b>Практические задания: рефераты</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>.1. Физическое развитие учащихся общеобразовательных школ.</li> <li>2.Возрастно-половые особенности показателей физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ.</li> <li>.3. Особенности усвоения учащимися техники циклических двигательных действий в процессе обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>4.Особенности усвоения учащимися элементов техники процессе обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>. 5.Особенности усвоения учащимися техники лыжных ходов в процессе обучения предмету «Физическая культура».</li> <li>.6. Особенности усвоения учащимися элементов техники физических упражнений гимнастической направленности в обучении предмету «Физическая культура»..</li> <li>7. Особенности усвоения учащимися элементов техники основных способов плавания в обучении предмету «физическая культура».</li> <li>8.Особенности развития двигательного качества быстроты у учащихся в обучении предмету «Физическая культура».</li> <li>.9. Навыки учебного труда школьников в структуре их учебных возможностей по предмету «физическая культура».</li> </ol>



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

Промежуточная аттестация по дисциплине «Методика обучения физической культуре» проводится в форме зачета. На получение зачета влияет качество выполнения практических заданий, тестовых заданий, индивидуальных домашних заданий и ответов на вопросы по каждому разделу.

### **Показатели и критерии оценивания зачета**

Критерии оценки (в соответствии с формируемыми компетенциями и планируемыми результатами обучения):

- на оценку «**зачтено**» – студент должен показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, интеллектуальные навыки решения проблем и задач;
- на оценку «**не зачтено**» – студент не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **а) Основная литература:**

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454169>.

1. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449973>

### **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.* Легкая атлетика в основной и средней (полной) школе : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 258 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-05787-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/438887>

4. *Жданкина, Е. Ф.* Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 125 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-10153-9 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1903-9 (Изд-во Урал. ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/429446>

5. *Иванков, Ч. Т.* Технология физического воспитания в высших учебных заведениях / Ч. Т. Иванков, С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 103 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-11441-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/445290>

6. *Поливаев, А. Г.* Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол) : учебное пособие для вузов / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 103 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-11446-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/445294>

**7. в) Методические указания:**

1. 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	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»	<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**

В соответствии с учебным планом по дисциплине «Методика обучения физической культуре» предусмотрены следующие виды занятий: практические занятия, самостоятельная работа, консультации, зачет.

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	Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета

Тип и название аудитории	Оснащение аудитории
контроля и промежуточной аттестации	
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 ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны научиться воспринимать сведения на слух, фиксировать информацию в виде записей в тетрадях, работать с письменными текстами, самостоятельно извлекая из них полезные сведения и оформляя их в виде тезисов, конспектов, систематизировать информацию в виде заполнения таблиц, составления схем. Важно научиться анализировать явления; определять свою позицию к полученным на занятиях сведениям, четко формулировать ее; аргументировать свою точку зрения: высказывать оценочные суждения; осуществлять самоанализ. Необходимо учиться владеть устной и письменной речью; вести диалог; участвовать в дискуссии; раскрывать содержание изучаемой проблемы в монологической речи; выступать с сообщениями и докладами.

**Подготовка к семинарским занятиям.** Семинар – один из основных видов практических занятий по гуманитарным дисциплинам. Он предназначен для углубленного изучения отдельных тем и курсов. По форме проведения семинары обычно представляют собой решение задач, обсуждение докладов, беседу по плану или дискуссию по проблеме.

Подготовка к занятиям заключается, прежде всего, в освоении того теоретического материала, который выносится на обсуждение. Для этого необходимо в первую очередь перечитать разделы учебника, в которых присутствует установочная информация. Изучение рекомендованной литературы необходимо сделать максимально творчески – не просто укладывая в память новые сведения, а осмысливая и анализируя материал. Закрепить свои знания можно с помощью записей, выписок или тезисного конспекта.

Если семинар представлен докладами, то основная ответственность за его проведение лежит на докладчиках. Как сделать это успешно смотрите в разделе «Доклад». Однако роль остальных участников семинара не должна быть пассивной. Студенты, прослушав доклад, записывают кратко главное его содержание и задают выступающему уточняющие вопросы. Чем более основательной была домашняя подготовка по теме, тем активнее происходит обсуждение проблемных вопросов. На семинаре всячески поощряется творческая, самостоятельная мысль, дается возможность высказать критические замечания.

Беседа по плану представляет собой заранее подготовленное совместное обсуждение вопросов темы каждым из участников. Эта форма потребует от студентов не только хорошей самостоятельной проработки теоретического материала, но и умение участвовать в коллективной дискуссии: кратко, четко и ясно формулировать и излагать свою точку зрения перед сокурсниками, отстаивать позицию в научном споре, присоединяться к чужому мнению или оппонировать другим участникам.

**Реферат** – самый простой и наименее самостоятельный вид письменной работы. Суть его состоит в кратком изложении содержащихся в научной литературе взглядов и идей по заданной теме. Реферат не требует оригинальности и новизны. В нем оценивается умение студента работать с книгой: выделять и формулировать проблему, отбирать основные тезисы и вспомогательные данные, логически выстраивать материал, грамотно оформлять научный текст.

Студентам предлагается два вида рефератных работ:

Реферирование научной литературы представляет собой сокращенное изложение содержания статьи или книги с основными сведениями и выводами. Такие рефераты актуальны тогда, когда в юридических источниках появляется новый теоретический или практический материал по изучаемой теме. От студента требуется, внимательно ознакомившись с первоисточником, максимально точно и полно передать его содержание. Для этого целесообразно выбрать форму последовательного изложения прочитанной книги, не меняя ее общий план и структуру (главы, разделы, параграфы). Необходимо сохранить логику повествования и позаботиться о связности текста. Авторские, оригинальные и новатор-

ские мысли и идеи лучше передавать не своими словами, а с помощью цитирования. Объем реферата будет определяться содержанием источника, а также его научной и практической ценностью. Но в любом случае предпочтение отдается краткости и лаконичности, умению отбирать главное и освободиться от второстепенного.

Реферат по теме представляет обзор научных взглядов и концепций по проблемному вопросу в изучаемой теме.

- Если вам предложена тема такого реферата на выбор, то предпочтение следует отдать той, которая для вас интересна или знакома. Она не должна быть очень сложной и объемной, в противном случае реферат будет напоминать курсовую работу.

- Для подготовки реферата студенту необходимо самому или с участием преподавателя подобрать источники информации. Следует позаботиться, чтобы в вашем списке оказались не случайные, а ценные в информационном плане книги. Можно выполнить работу, обратившись и к одному источнику – пособию, монографии, исследованию. Но лучше, если вы обратитесь к двум-трем научным трудам – это позволит представить проблему с нескольких точек зрения и высказать личные предпочтения.

- Одним из главных критериев оценки реферата будет соответствие его содержания заявленной теме. Для этого бегло ознакомившись с первоисточниками составьте предварительный план будущего реферата, обозначив в нем принципиально важные моменты и этапы освещения проблемы. После того, как у вас появятся рабочие записи по результатам изучения научной литературы и обширная информация по теме в целом, можно будет скорректировать общий план реферата. Старайтесь при работе над ним тщательно избавляться от «излишеств»: всякого рода абстрактных рассуждений, чрезмерных подробностей и многочисленных примеров, которые «размывают» тему или уводят от неё.

Структура реферата включает в себя введение, основную часть и заключение. Во введении формулируются цели и задачи работы, ее актуальность. Основная часть представляет собой последовательное и аргументированное изложение различных точек зрения на проблему, ее анализ, предполагаемые пути решения. Заключение обобщает основные мысли или обосновывает перспективы дальнейшего исследования темы. Если реферат достаточно объемный, то потребуются разделение текста на разделы (главы, параграфы). Иллюстративный материал – таблицы, схемы, графики – могут располагаться как внутри основной части, так и в разделе «Приложение».

Объем реферата зависит от целей и задач, решаемых в работе – от 5 до 20 страниц машинописного текста через два интервала. Если в задании, выданном преподавателем объем не оговаривается, то следует исходить из разумной целесообразности.

В реферате в обязательном порядке размещаются титульный лист, план или оглавление работы, а также список используемой литературы.

Обычно реферат может зачитывается как письменная работа, но некоторые преподаватели практикуют публичную защиту рефератов или их «озвучивание» на семинарских занятиях. В этом случае необходимо приложить дополнительные усилия для подготовки публичного выступления по материалам рефератной работы.

**Доклад** представляет собой устную форму сообщения информации. Он используется в вузе на семинарских занятиях и на научных студенческих конференциях.

Подготовка доклада осуществляется в два этапа: написание письменного текста на заданную тему и подготовка устного выступления перед аудиторией слушателей с освещением этой темы. Письменный доклад оформляется как реферат.

При работе над докладом следует учесть некоторые специфические особенности:

- Объем доклада должен согласовываться со временем, отведенным для выступления.
- При выборе темы нужно учитывать не только собственные интересы, но и интересы потенциальных слушателей. Ваше сообщение необходимо согласовывать с уровнем знаний и потребностей публики.

- Подготовленный текст доклада должен хорошо восприниматься на слух. Даже если отобранный вами материал сложен и неоднозначен, говорить желательно просто и ясно, не перегружая речь наукообразными оборотами и специфическими терминами.

Следует отметить, что иногда преподаватель не требует от студентов письменного варианта доклада и оценивает их работу исключительно по устному выступлению. Но значительно чаще письменный доклад проверяется и его качество также оценивается в баллах. Вне зависимости от того, нужно или не нужно будет сдавать на проверку текст будущего выступления, советуем не отказываться от письменной записи доклада. Это поможет избежать многих ошибок, которые случаются во время устной импровизации: отклонение от темы, нарушения логической последовательности, небрежное обращение с цитатами, злоупотребление деталями и т.д. Если вы хорошо владеете навыками свободной речи и обладаете высокой культурой мышления, то замените письменный доклад составлением тезисного плана. С его помощью зафиксируйте основные мысли и идеи, выстройте логику повествования, отберите яркие и точные примеры, сформулируйте выводы.

При подготовке к устному выступлению возьмите на вооружение некоторые советы:

- Лучший вариант выступления перед аудиторией – это свободная речь, не осложненная чтением текста. Но если у вас не выработано умение общаться с публикой без бумажки, то не пытайтесь сделать это сразу, без подготовки. Осваивать этот опыт нужно постепенно, от доклада к докладу увеличивая объем речи без заглядывания в текст.

- Если вы намерены считать доклад с заготовленных письменных записей, то постарайтесь, чтобы чтение было «художественным»: обозначайте паузой логические переходы от части к части, выделяйте интонационно особо важные мысли и аргументы, варьируйте темп речи.

- Читая доклад, не торопитесь, делайте это как можно спокойнее. Помните, что скорость произношения текста перед слушателями всегда должна быть более медленной, чем скорость вашей повседневной речи.

- Сверьте письменный текст с хронометром, для этого прочитайте его несколько раз с секундомером в руках. В случае, если доклад окажется слишком длинным или коротким, проведите его реконструкцию. Однако вместе с сокращениями или дополнениями не «потеряйте» тему. Не поддавайтесь искушению рассказать все, что знаете – полно и подробно.

- Обратите внимание на тембр и силу вашего голоса. Очень важно, чтобы вас было слышно в самых отдаленных частях аудитории, и при этом вы не «глушили» вблизи вас находящихся слушателей. Варьируйте тембр речи, он придаст ей выразительность и поможет избежать монотонности.

- Следите за своими жестами. Чрезмерная жестикуляция отвлекает от содержания доклада, а полное ее отсутствие снижает действенную силу выступления. Постарайтесь избавиться от жестов, демонстрирующих ваше волнение (когда крутятся ручки, теребятся пуговицы, заламываются пальцы). Используйте жесты – выразительные, описательные, подражательные, указующие – для полноты передачи ваших мыслей.

- Установите зрительный контакт с аудиторией. Не стоит все время смотреть в окно, опускать глаза или сосредотачиваться на тексте. Старайтесь зрительно общаться со всеми слушателями, переводя взгляд от одних к другим. Не обращайтесь внимание на опоздавших и не прерывайте свой доклад замечаниями. Но вместе с тем следите за реакцией публики на ваше выступление (одобре-

ние, усталость, интерес, скуку) и если сможете, вносите коррективы в речь с целью повышения интереса к его содержанию.

- Отвечать на вопросы в конце выступления надо кратко, четко и уверенно, без лишних подробностей и повторов. Постарайтесь предугадать возможные вопросы своих слушателей и подготовиться к ним заранее. Но если случится, что вы не знаете ответа на заданный вам вопрос, не бойтесь в этом признаться. Это значительно лучше, чем отвечать не по существу или отшучиваться.

- Проведите генеральную репетицию своего доклада перед друзьями или близкими. Это поможет заранее выявить некоторые недостатки – стилистически слабые места, труднопроизносимые слова и фразы, затянутые во времени части и т.д. Проанализируйте свою дикцию, интонации, жесты. Сделайте так, чтобы они помогали, а не мешали успешно представить публике подготовленный вами доклад.

**Подготовка к зачёту.** Готовиться к зачёту нужно заранее и в несколько этапов. Для этого:

- Просматривайте конспекты лекций сразу после занятий. Это поможет разобраться с непонятными моментами лекции и возникшими вопросами, пока еще лекция свежа в памяти.

- Бегло просматривайте конспекты до начала следующего занятия. Это позволит «освежить» предыдущую лекцию и подготовиться к восприятию нового материала.

- Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала.

Непосредственно при подготовке:

- Упорядочьте свои конспекты, записи, задания.

- Прикиньте время, необходимое вам для повторения каждой части (блока) материала, выносимого на зачет.

- Составьте расписание с учетом скорости повторения материала, для чего

- Разделите вопросы для зачёта на знакомые (по лекционному курсу, семинарам, конспектированию), которые потребуют лишь повторения и новые, которые придется осваивать самостоятельно. Начните с тем хорошо вам известных и закрепите их с помощью конспекта и учебника. Затем пополните свой теоретический багаж новыми знаниями, обязательно воспользовавшись рекомендованной литературой.

- Правильно используйте консультации, которые проводит преподаватель. Приходите на них с заранее проработанными самостоятельно вопросами. Вы можете получить разъяснение по поводу сложных, не до конца понятых тем, но не рассчитывайте во время консультации на исчерпывающую информации по содержанию всего курса.