

ФГБОУ ВО «АГУ»	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Адыгейский государственный университет»
	Рабочая программа дисциплины (модуля)
	СМК. ОП-2/РК-7.3.3

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ИФК и Дзюдо



А.Б.Бугашев

« 20 » 2020

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Б1.В.ДВ.06.02 Методические основы занятий физическими упражнениями

направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

направленность «Безопасность жизнедеятельности» и «Физическая культура»

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Майкоп, 20 20

Институт физической культуры и дзюдо АГУ

Кафедра теоретических основ физического воспитания

Составитель программы:

кандидат пед. наук, доцент А.Г. Гонежук 

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания от «30» июня. 2020 г. протокол №10

Заведующий кафедрой:

кандидат пед. наук, профессор А.Б. Бгуашев

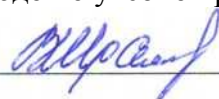


Согласовано:

Председатель УМК ИФК и дзюдо зам. директора ИФК и

кандидат пед. наук, доцент В.П. Шрам

дзюдо по учебной работе,



Содержание

	стр.
Пояснительная записка	4
1. Цели и задачи дисциплины (модуля).....	5
2. Объем дисциплины (модуля) по видам учебной работы.....	6
3. Содержание дисциплины(модуля).....	6
4. Самостоятельная работа обучающихся.....	7
5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля).....	8
6. Образовательные технологии.....	10
7. Методические рекомендации по дисциплине (модулю).	11
8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.....	16
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).	17
10. Лист регистрации изменений	18

Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) направленность «Безопасность жизнедеятельности» и «Физическая культура».

Дисциплина (модуль) «Методические основы занятий физическими упражнениями» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока дисциплин учебного плана.

Для освоения дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и владения, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин и прохождения практик: «Теория и методика обучения физической культуре», «Теория и методика базовых видов спорта в школе», «Педагогика физической культуры», учебной практики.

Трудоемкость дисциплины для очной формы обучения: 2 з.е / 72 ч;

контактная работа:

занятия лекционного типа – 14 ч.,

занятия семинарского типа (семинар) – 16 ч.,

контроль самостоятельной работы – 2 ч.,

иная контактная работа – 0,25 ч.,

контролируемая письменная работа – 0 ч.

СР – 39,75 ч.,

контроль – 0 ч.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, физкультурное образование, педагогическая деятельность, методика обучения, педагогические технологии обучения и воспитания.

1. Цели и задачи дисциплины (модуля)

«Методические основы занятий физическими упражнениями» является одной из новых учебных дисциплин в системе высшего профессионального образования в области физической культуры. Содержание дисциплины направлено на изучение и применение методических основ осуществления знаний, умений и навыков при обучении физическим упражнениям. Процесс профессионально-педагогической подготовки бакалавров в сфере физической культуры осуществляется на основе интеграции теоретических знаний, методических навыков и умений, приобретенных студентами в процессе изучения общепрофессиональных и предметных дисциплин учебного плана («Методика преподавания школьного курса физической культуры», «Педагогика физической культуры», «Методические основы занятий физическими упражнениями», «Интегративное обучение по предмету физическая культура» и т.д.). Кроме того, вопросы методических основ занятий физическими упражнениями находят отражение в программе

Цель дисциплины (модуля) – направлена на формирование специальных научных знаний и умений для осуществления педагогической деятельности в учреждениях общего образования; способности находить, критически анализировать и синтезировать полученную информацию; применять системный подход для решения учебно-воспитательных задач в образовательной деятельности; организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области.

Задачи дисциплины (модуля):

- способствовать развитию критического и творческого мышления у студентов для получения новых знаний на основе анализа и синтеза информации;
- формировать навыки применения системного подхода для решения поставленных задач в учебно-воспитательном процессе по физической культуре;
- способствовать формированию навыков организации индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области.

Таблица 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Результаты обучения
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК.1.1. Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	<i>Знает:</i> специфику содержания и основы организации процесса обучения физической культуре; современные методические основы занятий физическими упражнениями в школе; методы организации комплексного контроля в физическом воспитании. <i>Умеет:</i> использовать современные методы и технологии обучения физической культуре, методические основы занятий физическими упражнениями в школе, методы комплексного контроля в физическом

		воспитании. <i>Владеет:</i> навыками применения современных технологий обучения физической культуре, методических основ занятий физическими упражнениями в школе, организации комплексного контроля в физическом воспитании
ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области.	ПК.1.2. Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности.	<i>Знает:</i> специфику содержания индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся при изучении методических основ занятий физическими упражнениями. <i>Умеет:</i> использовать содержание индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся при изучении методических основ занятий физическими упражнениями. <i>Владеет:</i> Навыками индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся при изучении методических основ занятий физическими упражнениями.

2. Объем дисциплины (модуля) по видам учебной работы.

Таблица 2. Объем дисциплины (модуля) общая трудоемкость: 2 з.е. / 72 ч.

Форма обучения: очная

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		VI
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа:		
занятия лекционного типа	14	14
занятия семинарского типа (лабораторные работы)	16	16
контроль самостоятельной работы	2	2
иная контактная работа (ИКР)	0,25	0,25
контролируемая письменная работа	-	-
Контроль	-	-
Самостоятельная работа (СР)	39,75	39,75
Вид промежуточного контроля	зачет	зачет

3. Содержание дисциплины(модуля).

Таблица 3. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Семестр 6

Номер раздела	Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Объем в часах			
		Всего	Л	ПР	СР и иная работа
1	1. Общие представления о физическом упражнении.	34	6	8	20
	1.1. Исторические предпосылки появления физических упражнений.	12	2	2	8
	1.2. Методические принципы занятий физическими упражнениями.				
	1.3. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания.	10	2	4	4
	1.4. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.	12	2	2	8
	1.5. Техника физических упражнений.				
	1.6. Критерии оценки эффективности техники физических упражнений.				
2.	2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	38	8	8	22
	2.1. Мотивация выбора и формы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями	9	2	2	5
	2.2. Организационно-методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	9	2	2	5
	2.3. Физиологические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	9	2	2	5
	2.4. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями	11	2	2	7
	Итого:	72	14	16	42

4. Самостоятельная работа обучающихся.

Цели самостоятельной работы – освоить те разделы дисциплины, которые не были затронуты в процессе аудиторных занятий, но предусмотрены рабочей программой, а также расширить границы получаемых знаний, умений и навыков (владений) в процессе дополнительного изучения отдельных тем, решении практических задач, исследования отдельных вопросов дисциплины с помощью учебно-методической литературы; подготовиться к занятиям лекционного и семинарского типа.

Таблица 4. Содержание самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	Вид самостоятельной работы	Разделы рабочей программы	Форма отчетности
1	Выполнение индивидуальных домашних заданий	1,2	Письменный отчет
2	Подготовка доклада-презентации	1	Доклад-презентация
3	Подготовка реферата	2	Реферат
4	Подготовка сообщений	1	Устные ответы
5	Изучение теоретиче-	1,2	Устные и письменные ответы на

	ского материала по конспектам лекций; конспектирование вопросов, оговоренных на лекции, по учебной литературе		семинарских занятиях
--	---	--	----------------------

4.1. Типы семестровых заданий:

1. Подготовка отдельных рефератов по темам занятий;
2. Подготовка докладов с мультимедийной презентацией.

5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля).

Таблица 5.1. Основная литература

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1.	Николаев, В.С. Двигательная активность и здоровье человека [Электронный ресурс]: теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки: / В.С. Николаев, А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 81 с.: ил. –978-5-4499-0148-4. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769
2.	Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: материалы научно-практической конференции с международным участием (VIII фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 458 с.: табл., граф. – 978-5-91930-115-8. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573721
3.	Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. – Красноярск: СФУ, 2017. – 612 с.: ил. –978-5-7638-3640-0. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151

Таблица 5.2. Дополнительная литература:

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1	Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебник / С.П. Евсеев. – Москва: Спорт, 2016. – 616 с.: ил. – 978-5-906839-42-8. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238
2	Завьялова, Т.П. Основы теории и методики физического воспитания дошкольников [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/Т.П. Завьялова; Тюменский государственный университет. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. – 351 с.: ил. 978-5-400-01344-7. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574378
3	Инновации в образовании [Электронный ресурс]: журнал / гл. ред. И.В. Сыромятников; учред. НОУ Современная гуманитарная академия. – Москва: Современный гуманитарный университет, 2017. – № 10. – 144 с. : ил., схем. – 1609-4646.

	ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483890
4	Киселев, Г.М. Информационные технологии в педагогическом образовании [Электронный ресурс]: учебник / Г.М. Киселев, Р.В. Бочкова. – 3-е изд., стер. – Москва: Дашков и К°, 2020. – 304 с.: ил. – (Учебные издания для бакалавров). – 978-5-394-03468-8. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573270
5	Кузьменко, Г.А. Интеграция двигательной и познавательной деятельности обучающихся в системе физического воспитания [Электронный ресурс]: рабочая программа дисциплины (модуля)/ Г.А. Кузьменко; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Московский педагогический государственный университет». – Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. – 48 с. ил. 978-5-4263-0496-3. ЭБС: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=470546
6	Ланда, Б.Х. Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б.Х. Ланда. - Москва: Спорт, 2017. - 129 с.- 978-5-906839-87-9. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471216
7	Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: избранные лекции / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с.: ил. 978-5-8353-1921-3 ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577
8	Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / М.П. Мухина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Издательство СибГУФК, 2014. – 399 с.: табл. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366
9	Физическая культура в системе высшего профессионального образования (теоретические и методические аспекты) [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.А. Мусатов, Е.Н. Чернышева, О.А. Прянишникова и др.; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 315 с. – 978-5-94809-537-0. ЭБС: Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272223

Таблица 5.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

№ п/п	Название (адрес) ресурса
1	В помощь к самоподготовке http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/index.htm
2	Вестник Адыгейского государственного университета: сетевое электронное научное издание http://www.vestnik.adygnet.ru/
3	Виртуальная справочная служба "Спроси библиографа" http://vss.nlr.ru/archive_catalog.php?rid=1856
4	Всероссийский общеобразовательный портал (участие в Олимпиаде) http://www.school.edu.ru/

5	Журнал «Теория и практика ФК» http://lib.sportedu.ru
6	Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/
7	Научная электронная библиотека http://elibrary.ru/defaultx.asp
8	Ресурс электронных учебников http://www.edu.ru/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=1833
9	Российская педагогическая энциклопедия http://www.otrok.ru/
10	Электронный научный журнал «Инновационные технологии в образовании» https://innovedu-journal.ru/
11	Университетская библиотека online http://biblioclub.ru/
12	Учебный мультимедиа комплекс по основам физического воспитания в вузе http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/index.htm
13	Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/
14	Электронные учебники http://www.iqlib.ru/

Таблица 5.4. Периодические издания

№ п/п	Наименование
1.	Вестник Адыгейского государственного университета: сетевое электронное научное издание Режим доступа: http://www.vestnik.adygnet.ru
2	Теория и практика физической культуры. Режим доступа: http://teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3
3	Физическая культура в школе. Режим доступа: http://www.e-osnova.ru/journal/16/
4	Международный научный журнал «Мир науки, культуры, образования». Режим доступа: https://publikacia.net/

5.5. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам **windows.edu.ru** - Свободный доступ к полнотекстовой электронной учебно-методической библиотеке для общего и профессионального образования.
2. Электронная библиотека портала «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru/lib> - Учебные и методические материалы по информационным технологиям с открытым доступом.
3. **eLIBRARY.RU** www.elibrary.ru - Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.
4. Социальная образовательная сеть nsportal.ru - <https://nsportal.ru>
5. **Wiley** www.wiley.com; www.onlinelibrary.wiley.com - Издательство с доступом к реферативным и полнотекстовым материалам журналов и книг.
6. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru
7. ЭБС «Юрайт» www.biblio-online.ru
8. ФГБУ «Российская государственная библиотека» <http://dvs.rsl.ru>

6. Образовательные технологии

Таблица 6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1	2	3	4

1.	Общие представления о физическом упражнении	Лекция 1. Лекция 2. Лекция 3	Лекция с использованием информационно – коммуникационных технологий
		Семинар 1. Семинар 2. Семинар 3.	Развернутая беседа с обсуждением доклада. Проверка домашнего задания.
		Самостоятельная работа	Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты
2.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Лекция 4. Лекция 5. Лекция 6. Лекция 7.	Лекция с использованием информационно – коммуникационных технологий
		Семинар 4. Семинар 5. Семинар 6. Семинар 7.	Развернутая беседа с обсуждением доклада. Проверка домашнего задания.
		Самостоятельная работа	Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты.

7. Методические рекомендации по дисциплине (модулю).

Методические рекомендации преподавателю

Изучив содержание учебной дисциплины, целесообразно разработать матрицу наиболее предпочтительных методов обучения и форм самостоятельной работы студентов, адекватных видам лекционных и семинарских занятий.

Необходимо предусмотреть развитие форм самостоятельной работы, выводя студентов к завершению изучения учебной дисциплины на её высший уровень. По учебному плану предусмотрено проведение разного типа занятий.

Вузовская лекция – главное звено дидактического цикла обучения. Её цель – формирование у студентов ориентировочной основы для последующего усвоения материала методом самостоятельной работы. Содержание лекции должно отвечать следующим дидактическим требованиям:

- изложение материала от простого к сложному;
- логичность, четкость и ясность в изложении материала;
- возможность проблемного изложения, дискуссии, диалога с целью активизации деятельности студентов;
- опора смысловой части лекции на подлинные факты, события, явления, статистические данные;
- тесная связь теоретических положений и выводов с практикой и будущей профессиональной деятельностью студентов.

Преподаватель, читающий лекционные курсы в вузе, должен знать существующие в педагогической науке и используемые на практике варианты лекций, их дидактические и воспитывающие возможности, а также их методическое место в структуре процесса обучения.

Лекции читаются с использованием наглядных пособий и электронных презентаций, с применением современных методов обучения, стимулирующих познавательную активность. В начале каждого практического занятия преподаватель организует повторение изученного на лекции материала по контрольным вопросам к данному практическому занятию, вспоминает со студентами понятийный аппарат. При возникновении затрудне-

ний у студентов при решении задач преподаватель подробно разбирает каждый шаг решения с обязательным вовлечением студентов группы в процесс обсуждения алгоритма решения задачи.

В условиях преобладающего теоретического обучения обязательным условием для формирования умений и навыков является усвоение теоретического материала, поэтому вопросы контроля должны проверять тот теоретический материал, содержание которого представлено в конспекте лекции и указанной литературе. Перечень рассматриваемых вопросов по теме преподаватель формирует во время чтения лекции.

По уровню сложности предусматриваются самые различные вопросы, предполагающие воспроизведение и закрепление теоретического материала, проверку его осмысления, вопросы на обобщение, анализ и синтез и др. Обязательно предусматриваются контрольные вопросы на проверку усвоения определений ключевых понятий, знание фактов, теорий, концепций, то есть всего того, что определяет основное содержание темы.

Вопросы и задания для контроля должны позволить студентам самостоятельно определить уровень усвоения учебного материала по теме, представленного в лекции, на практическом занятии.

Семинар проводится по узловым и наиболее сложным вопросам (темам, разделам) учебной программы. Он может быть построен как на материале одной лекции, так и на содержании обзорной лекции, а также по определённой теме без чтения предварительной лекции. Главная и определяющая особенность любого семинара – наличие элементов дискуссии, проблемности, диалога между преподавателем и студентами и самими студентами.

При подготовке классического семинара желательно придерживаться следующего алгоритма:

- а) разработка учебно-методического материала:
 - формулировка темы, соответствующей программе;
 - определение дидактических, воспитывающих и формирующих целей занятия;
 - выбор методов, приемов и средств обучения для проведения семинара;
 - подбор литературы для преподавателя и студентов;
 - при необходимости проведение консультаций для студентов;
- б) подготовка студентов и преподавателя:
 - составление плана семинара из 3-4 вопросов;
 - предоставление студентам 4-5 дней для подготовки к семинару;
 - предоставление рекомендаций о последовательности изучения литературы (учебники, учебные пособия, законы и постановления, руководства и положения, конспекты лекций, статьи, справочники, информационные сборники и бюллетени, статистические данные и др.);
 - создание набора наглядных пособий.

Подводя итоги семинара, можно использовать следующие критерии (показатели) оценки ответов:

- полнота и конкретность ответа;
- последовательность и логика изложения;
- связь теоретических положений с практикой;
- обоснованность и доказательность излагаемых положений;
- наличие качественных и количественных показателей;
- наличие иллюстраций к ответам в виде исторических фактов, примеров и пр.;
- уровень культуры речи;
- использование наглядных пособий и т.п.

В конце семинара рекомендуется дать оценку всего семинарского занятия, обратив особое внимание на следующие аспекты:

- качество подготовки;
- степень усвоения знаний;
- активность;
- положительные стороны в работе студентов;
- ценные и конструктивные предложения;
- недостатки в работе студентов;
- задачи и пути устранения недостатков.

При проведении аттестации студентов важно всегда помнить, что систематичность, объективность, аргументированность – главные принципы, на которых основаны контроль и оценка знаний студентов. Знание критериев оценки знаний обязательно для преподавателя и студента.

Качественное преподавание дисциплины предполагает систематическое обновление преподавателями знаний о современных требованиях к физической, психологической, технико-тактической подготовке и подготовленности спортсменов, к организации учебно-воспитательного и учебно-тренировочного процессов, к метрологическому и статистическому обеспечению данных процессов; о новых правилах соревнований и технологиях судейства, оценивания результатов соревнований; о современном уровне спортивных достижений в разных видах спорта. Необходимо поддержание связей с практикующими учителями физической культуры. Для проведения лекций – пресс-конференций приглашать к сотрудничеству коллег, а также сотрудников образовательных физкультурно-спортивных организаций. В процессе преподавания рекомендуется активно использовать возможности Интернета при проведении дискуссий. Закрепление знаний по вопросам педагогического оценивания и контроля за учебно-воспитательным и учебно-тренировочными процессами целесообразно осуществлять с применением метода проектов. По содержания и целей контроля, а также прогнозирования и спортивного отбора целесообразна организация групповых дискуссий на семинарских занятиях.

Методические указания студентам по дисциплине

Профессиональная подготовка в современных вузах строится по принципу «от теории к практике», что создает базу для формирования умений и владений (навыков) на основе усвоения теоретического материала. Именно поэтому следует особое внимание уделять качеству усвоения теоретического материала.

Изучение дисциплины предусматривает лекционные и практические занятия, а также самостоятельную работу. Изучение курса завершается промежуточной аттестацией. Успешное изучение курса требует посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

На лекционных занятиях необходимо конспектировать основные моменты материала лекции. В этих целях можно сокращать слова таким образом, чтобы они сохраняли смысл сказанного лектором. Могут быть также использованы и общепринятые сокращения, например, «ФК» - (физическая культура), «ФУ» - (физические упражнения), «ФВ»- физическое воспитание. Что бы сохранить смысловую часть лекции желательно конспектировать приводимые преподавателем подлинные факты, события, явления, статистические данные. Это позволит обеспечить тесную связь теоретических положений и выводов с практикой, и хорошо подготовиться к семинарскому занятию.

В конце каждой лекции необходимо записывать литературные источники, которые необходимы студентам для уточнения, расширения знаний, самостоятельной работы и подготовки к семинарским занятиям. По окончании лекции желательно задавать вопросы, возможно, и в письменном виде.

На семинарских занятиях прорабатываются, углубляются и закрепляются вопросы, связанные с соответствующей темой лекции, а также вопросы по ней, изучаемые студентами самостоятельно.

Главная и определяющая особенность любого семинара – наличие элементов дискуссии, проблемности, диалога между преподавателем и студентами и самими студентами.

На занятиях используются методы, способствующие проявлению творческих способностей, активности студентов, эвристические приемы обучения, доклады, рефераты.

На семинарском занятии предусматривается обязательное выступление студента, который готовит конспект занятия на рекомендуемом преподавателем учебно-методическом материале.

Пропуски семинарских занятий без обоснованных причин обуславливают неподготовленность студента по данному разделу и выставление неудовлетворительной оценки.

На контрольных занятиях студенты отвечают на специально поставленные вопросы.

Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение, реферирование и конспектирование литературных источников, - выполнение письменных и устных заданий преподавателя, подготовку докладов и сообщений, участие в УИРС, НИРС, изучение отдельных вопросов дисциплины с целью подготовки к семинарским занятиям, а также участия в научно-практических конференциях.

По каждой теме необходимо выписывать значение терминов в «Глоссарий», что позволит лучше подготовиться к коллоквиуму и тестированию, как форме контроля знаний студента.

После окончания изучения каждого модуля проводится контрольная работа, которая является промежуточным итогом по всему разделу. Если студент желает увеличить сумму своих баллов за уже пройденный модуль, он может это сделать пока не закрыт следующий модуль.

Изучение тем и выполнение самостоятельных заданий модуля (раздела) «Теоретико-методологические основы построения учебного процесса по физической культуре» предполагает самостоятельное углубленное изучение технологии преподавания, общих и частных методик построения учебного процесса по физической культуре.

Изучение тем и выполнение самостоятельных заданий модуля (раздела) «Методика преподавания физической культуры в образовательных организациях» предполагает самостоятельное углубленное изучение особенностей преподавания физической культуры в образовательных организациях.

Изучение тем и выполнение самостоятельных заданий модуля (раздела) «Общие представления о физическом упражнении» предполагает самостоятельное углубленное изучение технологии преподавания, общих и частных методик построения учебного процесса по физической культуре.

Изучение тем и выполнение самостоятельных заданий модуля (раздела) «Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями» предполагает самостоятельное углубленное изучение вопросов мотивации выбора и формы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Изучение данной дисциплины ориентировано на большую внеаудиторную самостоятельную работу. Поэтому необходимо активно использовать данные библиотеки АГУ, электронные источники, накопительные материалы кафедры ТОФВ.

Подготовка к промежуточным контрольным работам не должна ограничиваться изучением только лекционного материала, а должна включать весь спектр учебно-методического комплекса печатных и электронных источников.

Реферат является промежуточной формой контроля знаний и представляет собой письменное выполнение определенных заданий. Он предназначен для проверки знаний студентов по учебной дисциплине, а также служит для закрепления полученных знаний, умений и навыков. Реферат выполняется по ходу изучения лекционного курса и практиче-

ских занятий. При подготовке реферата целесообразно использовать основную и дополнительную рекомендуемую литературу.

Целью выполнения реферата является систематизация и углубление знаний, полученных студентами в результате лекционных и практических занятий, самостоятельного изучения учебной и специальной литературы, а также приобретение практических навыков самостоятельного разбора деловых ситуаций.

В процессе выполнения реферата обучаемый должен показать высокий уровень теоретической подготовки, проявить способности к проведению исследований и решению прикладных проблем, выдвигаемых практикой.

Ключевым требованием при подготовке реферата выступает творческий подход, умение обрабатывать и анализировать информацию, делать самостоятельные выводы, обосновывать целесообразность и эффективность предлагаемых решений, чётко и логично излагать свои мысли.

Доклад, как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить. При написании доклада по заданной теме обучающийся составляет план, подбирает основные источники. В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекать несколько обучающихся, между которыми распределяются вопросы выступления.

Устный опрос — наиболее распространенный метод контроля знаний студентов. При устном контроле устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентом, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения студентами учебного материала.

Устный опрос требует от преподавателя большой предварительной подготовки: тщательного отбора содержания, всестороннего продумывания вопросов, задач и примеров, которые будут предложены, путей активизации деятельности всех студентов группы в процессе проверки, создания на занятии деловой и доброжелательной обстановки.

Презентация как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить. При подготовке презентации по заданной теме обучающийся составляет план, подбирает основные источники. В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения. В презентации рекомендуется составить не менее 20 слайдов. Презентацию, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (в среднем 20 слайдов).

Индивидуальное домашнее задание включает в себя аналитический материал теоретического и практического характера. Цель этого материала состоит в закреплении полученных знаний студентами на лекциях и при самостоятельном изучении учебно-методической литературы. Задание может включать в себя изучение методических особенностей организации, планирования и проведения физической культуры в образовательных организациях. При этом следует обращать особое внимание на учет возрастных анатомо-физиологических особенностей развития организма. Практические задачи должны быть решены с подбором соответствующих средств и методов обучения физической культуре. Выполнение домашних заданий в виде практических заданий является формой текущего контроля при проведении каждого практического занятия.

Изучение теоретического материала по конспектам лекций; конспектирование вопросов, оговоренных на лекции, по учебной литературе – важный элемент педагогического процесса, направленной деятельности учащихся. От правильной организации выполнения учебных заданий зависит качество знаний, умений и навыков, воспитание у студентов стремления к их приобретению, формирование познавательной активности и самостоятельности учащихся. Студентам необходимо для формирования навыков самоконтроля

приучить себя прочитывать написанное задание, проверять решение задач, примеров, отвечать на контрольные вопросы в конце задания. В некоторых случаях полезно организовать взаимопроверку, что способствует воспитанию ответственности, требовательности к себе и к товарищам, вырабатывает умение давать оценку работе.

Тест – это система заданий специфической формы, позволяющих диагностировать уровень подготовленности студентов по вопросам изучаемой учебной дисциплины. Тесты составлены с учетом лекционных материалов по изучаемым темам дисциплины. Тест составлен из следующих форм тестовых заданий:

1.Закрытые задания с выбором одного правильного ответа (один вопрос и четыре варианта ответов, из которых необходимо выбрать один). Цель – проверка знаний фактического материала.

2.Закрытые задания с выбором всех правильных ответов (предлагается несколько вариантов ответа, в числе которых может быть несколько правильных). Студент должен выбрать все правильные ответы.

На выполнения всего теста дается строго определенное время. Тест выполняется на индивидуальных бланках, выдаваемых преподавателем, и сдается ему на проверку. После проверки теста оглашается ее результат (в графике контрольных мероприятий). Если тест не зачитан, то студент должен заново повторить раздел дисциплины. После этого преподаватель проверяет понимание и усвоение материала, предлагая студенту найти ошибки в ответах. Если все ошибки будут найдены и исправлены, то выставляется оценка.

Подготовка к промежуточной аттестации ведется на основе полученного лекционного материала и рекомендованной литературы, осмысления работы на практических занятиях и самостоятельной работы.

8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- для слепых и слабовидящих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
 - обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
 - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
 - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
 - зачёт проводится в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.
- для глухих и слабослышащих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
 - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
 - зачёт проводится в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- зачёт проводится в устной форме или выполняется в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- для слепых и слабовидящих:
 - в печатной форме увеличенным шрифтом;
 - в форме электронного документа;
 - в форме аудиофайла.
- для глухих и слабослышащих:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа.
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа;
 - в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).



Лекционные занятия проводятся в аудиториях, предоставляемых деканатом ИФК и дзюдо в соответствии с расписанием.

В процессе проведения занятий по данной дисциплине используются следующие технические средства обучения: аудитория, оснащенная интерактивной доской и проектором, учебная мебель, точки доступа WIFI, интернет класс, кафедральная электронная библиотека, печатные и электронные учебно-методические пособия по дисциплине, комплекс тестовых заданий в электронном виде и др., помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования – 206 ауд.

1. Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN...(лицензия № 48824880);
2. Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN... (лицензия № 46408087).
3. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN... (лицензия № 47234707).
4. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN... (лицензия № 47357933).

ФГБОУ ВО «АГУ»	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Адыгейский государственный университет»		
	Рабочая программа дисциплины		
	СМК. ОП-2/РК-7.3.3		

10. Лист регистрации изменений

Номер измене- ния	Номера листов			Основание для внесе- ния измене- ния	Подпись	Расшифровка подписи	Дата	Дата введения измене- ния
	замене- нных	но- вых	аннули- рован- ных					
1	7-17			Приведение в соответст- вие с ФГОС	 	Бгуашев А.Б. Гонежук А.Г.	16.03.21	16.03.21