

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Соловьев Андрей Борисович  
Должность: Директор  
Дата подписания: 25.09.2023 16:29:01  
Уникальный программный ключ:  
c83cc511feb01f5417b9362d2700339df14aa123



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**  
**ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**В Г. ТАГАНРОГЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**ПИ (филиал) ДГТУ в г. Таганроге**

**ЦМК «Физическая культура»**

**Практикум**

**По выполнению практических работ**  
**дисциплине МДК 01.01 Методика организации и**  
**проведения физкультурно-оздоровительной**  
**работы**

Таганрог, 2023г

**Составители: Гринкевич Д.Ю.**, преподаватель ЦМК Физическая культура ПИ (филиала) ДГТУ в г.Таганроге;

**Проценко Н.И.**, преподаватель ЦМК Физическая культура ПИ (филиала) ДГТУ в г.Таганроге;

Практику по выполнению практических работ по «МДК 01.01 Методика организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы». ПИ (филиал) ДГТУ в г.Таганроге, 2023г.

В практикуме кратко изложены теоретические вопросы, необходимые для успешного выполнения практических работ, рабочее задание и контрольные вопросы для самопроверки.

Предназначено для обучающихся по направлению 49.02.01 Физическая культура.

Ответственный за выпуск:

Председатель ЦМК: Киселев Виталий Афанасьевич

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года No 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» одной из целей в сфере демографического развития определено увеличение к 2024 году доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, а также увеличение до 55% доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом. Для достижения поставленных целей в Российской Федерации разработан и реализуется федеральный проект «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография», направленный на создание для всех категорий и групп населения условий для занятий физической культурой и спортом, массовым спортом. Анализ показателей вовлеченности населения в систематические занятия физической культурой и спортом позволяет определить приоритетные направления развития системы физического воспитания. По итогам 2021 года к занятиям физической культурой и спортом в организованной форме были привлечены 1237,6 тыс. человек. Доля граждан в возрасте от 3 до 79 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом, в Нижегородской области составила 45%. Это позволяет рассматривать в качестве приоритетного направления совершенствования системы физического воспитания, развитие форм организации занятий физической культурой и спортом на открытых площадках, ориентированных на население различного возраста, в том числе детей. Настоящие методические рекомендации посвящены вопросам организации физкультурно-спортивной работы с населением местужительства.

В представленных рекомендациях при организации физкультурно-

оздоровительной работы предлагается учитывать возрастные анатомо-физиологические и психологические особенности занимающихся.

Методические рекомендации к практическим занятиям по МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы, предназначены для обучающихся, методистов и преподавателей.

Методические рекомендации составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта специального профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Методические рекомендации «Методические рекомендации организации физкультурно-спортивной работы с детьми в возрасте от 3 до 18 лет» (далее – Методические рекомендации) разработаны с целью помочь инструкторам (тренерам) по общей физической подготовке организовать оздоровительно-тренировочный процесс на открытых площадках с различными группами населения, а также для обеспечения реализации мероприятий государственной программы «Спорт – норма жизни» в рамках национального проекта «Демография». В Методических рекомендациях используются следующие термины и определения:

**Инструктор (тренер)**– лицо, на возмездной или безвозмездной основе осуществляющее организационно-методическое руководство занятиями граждан физическими упражнениями в процессе получения физкультурно-оздоровительных услуг и имеющее для этого необходимую квалификацию, подтвержденную в установленном порядке.

**Массовый спорт**– часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и(или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях.

**Норматив численности**– это установленная численность работников определенного профессионально-квалификационного состава, необходимая для выполнения конкретных производственных, управленческих функций или объемов работ в области физической культуры и спорта; разновидностью нормативов численности являются типовые штаты, установленные на основе норм времени обслуживания, нагрузки.

**Спорт**–сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним.

**Спортивный объект (объект спорта)**– объекты недвижимого имущества или комплексы недвижимого имущества, специально

предназначенные для проведения физкультурных мероприятий и(или) спортивных мероприятий, в том числе спортивные сооружения.

**Физическая культура**— часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

**Физкультурно-оздоровительная услуга**— деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга.

**Физкультурные мероприятия**— организованные занятия граждан физической культурой.

## СПОСОБЫ ОЦЕНКИ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ОРГАНИЗМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК

Для оценки адекватности подобранной по формулам нагрузки в любом возрасте можно использовать эмпирический способ. Этот способ дозирования мощности нагрузки основан на анализе субъективных ощущений занимающегося. Отсутствие неприятных ощущений, свободное дыхание, желание продолжать тренировку - признаки хорошей переносимости нагрузки. Одним из показателей адекватности нагрузки является «разговорный темп», который характеризует возможность во время тренировки, например, бега легко вести непринужденную беседу. Если же человек начинает задыхаться и отвечает односложными словами, значит интенсивность нагрузки выше оптимальной. Важной характеристикой интенсивности нагрузки может также служить так называемая «степень усилий», определяемая субъективно. Тренировочное занятие должно проходить с интенсивностью вполсилы - три четверти силы.

Анализ своих ощущений, начиная с подросткового возраста, может проводить сам занимающийся. При этом некоторые признаки, чаще всего признаки значительного переутомления, будут заметны и наблюдающим – тренеру или инструктору. В дошкольный период и у младших школьников оценку переносимости тренировочных нагрузок рекомендуется производить взрослым.

При низкой степени выраженности утомления наблюдается небольшое покраснение лица, выражение его спокойное; потливость незначительная; дыхание несколько учащенное, ровное; движения бодрые, выполняются четко; самочувствие хорошее, жалоб нет. Средняя степень выраженности утомления характеризуется значительным покраснением и потливостью лица, выражение которого становится напряженным; дыхание резко учащенное; движения становятся неуверенными, нечеткими, появляются дополнительные движения, кроме того, у некоторых занимающихся наблюдается моторное возбуждение, у других – заторможенность; появляются жалобы на усталость. Регистрация этой степени утомления указывает на необходимость снижения физической нагрузки.

При развитии выраженной степени утомления отмечается резкое покраснение или побледнение кожи лица, выражение которого становится страдальческим; отмечается общая сильная потливость; дыхание резко учащенное, поверхностное, иногда аритмичное;

движения становятся неуверенными, нечеткими, появляются дополнительные движения. Кроме того, у занимающихся наблюдается глубокое нарушение координации движений, дрожание конечностей; появляются жалобы на головокружение, шум в ушах, головную боль, за грудинную боль, тошноту. При возникновении выраженной степени утомления необходимо немедленно прекратить физическую нагрузку. Занимающийся должен пройти дополнительное обследование с целью уточнения тренировочной зоны пульса.

### **Практическая работа № 1.**

**Тема** *Сущность физкультурно-спортивной деятельности.*

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях по разделу.

**Задание**

Понятия «физкультурно-спортивная деятельность», «физическая культура». Определения понятий: «социальная интеграция», «образ жизни». Значение физкультурно-спортивной деятельности

#### **Алгоритм выполнения**

Подготовка реферата на тему: «Отечественный и зарубежный опыт организации физкультурно-спортивной работы».

**Форма представления свидетельств выполнения заданий:**  
**оформленное задание.**

#### **Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
Оценка «4» - 11-14 баллов  
Оценка «3» - 7-10 баллов  
Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 2.**



## **Тема Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях по разделу.

### **Задание**

выполнение индивидуальных заданий;

- проработка конспектов занятий, учебной литературы по изучаемой теме.

### **Алгоритм выполнения**

Используя (учебник), и материалы интернета подготовить сообщение, проработать и изучить методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленное задание.**

### **Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
Оценка «4» - 11-14 баллов  
Оценка «3» - 7-10 баллов  
Оценка «2» - менее 6 баллов

## **Практическая работа № 3**

**Тема:** Материально-техническое обеспечение труда педагога по физической культуре.

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях по разделу.

### **Задание**

Перечень учебного оборудования и инвентаря по физической культуре для общеобразовательных учреждений.

### **Алгоритм выполнения**

Анализ учебного оборудования и инвентаря по физической культуре для общеобразовательных учреждений.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленное задание.**

### **Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление конспекта – 1 балл

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
 Оценка «4» - 11-14 баллов  
 Оценка «3» - 7-10 баллов  
 Оценка «2» - менее 6 баллов

#### **Практическая работа № 4.**

**Тема Формы морального стимулирования труда работников физкультурно-спортивных организаций.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных обучающимися на лекциях.

**Задание**

Составление конспекта методы морального стимулирования труда работников физической культуры и спорта.

**Алгоритм выполнения**

Составление конспекта методы морального стимулирования труда работников физической культуры и спорта.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленное задание.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
 Оценка «4» - 11-14 баллов  
 Оценка «3» - 7-10 баллов  
 Оценка «2» - менее 6 баллов

## **Практическая работа № 5.**

**Тема** Сущность физкультурно-спортивной деятельности.

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях и практических занятиях.

**Задание**

подготовка реферата на тему: «Отечественный и зарубежный опыт организации физкультурно-спортивной работы».

**Алгоритм выполнения**

подготовка реферата на тему: «Отечественный и зарубежный опыт организации физкультурно-спортивной работы».

**Форма представления свидетельств выполнения заданий:** методические рекомендации.

**Критерии оценки:**

- соответствие содержания теме, 1 балл;
- правильная структурированность информации, 3 балла;
- наличие логической связи изложенной информации, 4балла;
- соответствие оформления требованиям, 3 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 3 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 15.

14-15 баллов соответствует оценке «5»

11-13 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

## **Практическая работа № 6.**

**Тема** Системный подход к организации физкультурно-спортивной деятельности.

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

- выполнение индивидуальных заданий;
- проработка конспектов занятий, учебной литературы по изучаемой теме.

**Алгоритм выполнения**

Составить опорный конспект по теме: Формы организации занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста. Методические особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

Опорный конспект - краткая логическая информационная структура, обобщающая и отражающая суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта — облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект это — наилучшая форма «шпаргалки» при подготовке к ответу и в процессе ответа. Он может быть

представлен: системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др.

При составлении опорного конспекта:

- изучите материал темы, выберите главное и второстепенное;
- установите логическую связь между элементами темы;
- представьте характеристику элементов в краткой форме;
- выберите опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразите их в структуре работы;
- оформите опорный конспект.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленный конспект.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление конспекта – 1 балл
  - Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
Оценка «4» - 11-14 баллов  
Оценка «3» - 7-10 баллов  
Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 7.**

**Тема Функции физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Составить конспект, функции физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

**Алгоритм выполнения**

Составить опорный конспект, функции физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Средства физического воспитания. Особенности методики физического воспитания детей в среднем школьном возрасте. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Опорный конспект - краткая логическая информационная структура, обобщающая и отражающая суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую

характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта — облегчить запоминание. В его составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) — опорные сигналы. Опорный конспект это — наилучшая форма «шпаргалки» при подготовке к ответу и в процессе ответа. Он может быть представлен: системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др.

При составлении опорного конспекта:

- изучите материал темы, выберите главное и второстепенное;
- установите логическую связь между элементами темы;
- представьте характеристику элементов в краткой форме;
- выберите опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразите их в структуре работы;
- оформите опорный конспект.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленный конспект.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл
  - Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
Оценка «4» - 11-14 баллов  
Оценка «3» - 7-10 баллов  
Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 8.**

**Тема Формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Оформление схемы «Компоненты физической культуры и формы их организации».

### **Алгоритм выполнения**

Оформление схемы «Компоненты физической культуры и формы их организации».

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: схема.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла

- Обоснованность и четкость ответа- 3балла

- Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла

- Правильная структурированность информации – 1балл

- Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл

- Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла

- Работа представлена в срок – 1 балл

Оценка «5» - 15-17 баллов

Оценка «4» - 11-14 баллов

Оценка «3» - 7-10 баллов

Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 9.**

**Тема Методы обучения двигательным действиям.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Обучение целостное и по частям, значение подводящих и имитационных упражнений. Использование специальных тренажерных устройств при обучении двигательным действиям.

- особенности обучения двигательным действиям.

### **Алгоритм выполнения**

Изучить и проанализировать обучение целостное и по частям, значение подводящих и имитационных упражнений. Использование специальных тренажерных устройств при обучении двигательным действиям.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленный доклад.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
 Оценка «4» - 11-14 баллов  
 Оценка «3» - 7-10 баллов  
 Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 10.**

#### **Тема Методы развития физических качеств и способностей.**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

#### **Задание**

Особенности подбора методов развития координации, использование которых направлено на развитие способности к дифференцированию временных, пространственных динамических и ритмических параметров движения.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленная работа.**

#### **Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл
  - Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
 Оценка «4» - 11-14 баллов  
 Оценка «3» - 7-10 баллов

Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 11.**

**Тема** Методы воспитания личности на занятиях физической культуры.

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Методы воспитания личности на занятиях физической культуры.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий:**  
**оформленная работа.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл

- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла

- Обоснованность и четкость ответа- 3балла

- Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла

- Правильная структурированность информации – 1балл

- Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл

- Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла

- Работа представлена в срок – 1 балл

Оценка «5» - 15-17 баллов

Оценка «4» - 11-14 баллов

Оценка «3» - 7-10 баллов

Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 12.**

**Тема** Физкультурно-оздоровительные занятия в дошкольных образовательных учреждениях.

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Изучение программ по физическому воспитанию для дошкольных образовательных учреждений.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий:**  
**оформленная работа.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**



- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл
  - Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
  - Обоснованность и четкость ответа- 3балла
  - Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
  - Правильная структурированность информации – 1балл
  - Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
  - Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
  - Работа представлена в срок – 1 балл
- Оценка «5» - 15-17 баллов  
 Оценка «4» - 11-14 баллов  
 Оценка «3» - 7-10 баллов  
 Оценка «2» - менее 6 баллов

### **Практическая работа № 13.**

**Тема Физкультурно-оздоровительные занятия в системе школьного образования**

**Цель:** закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекционных занятиях.

**Задание**

Изучение программ по физическому воспитанию для школьных образовательных учреждений.

**Форма представления свидетельств выполнения заданий: оформленная работа.**

**Критерии оценки выполнения краткосрочного проекта работы:**

- Оформление доклада, по всем нормам оформления (14 шрифт, титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, интернет источники.) – 1 балл
- Уровень усвоения изученного материала- 4 балла
- Обоснованность и четкость ответа- 3балла
- Показано ли практическое применение представленных знаний – 3 балла
- Правильная структурированность информации – 1балл
- Наличие логической связи изложенной информации – 1 балл
- Эстетичность оформления, его соответствие требованиям – 3 балла
- Работа представлена в срок – 1 балл

- Оценка «5» - 15-17 баллов
- Оценка «4» - 11-14 баллов
- Оценка «3» - 7-10 баллов
- Оценка «2» - менее 6 баллов

### **задания практической работы**

**Отметка «отлично»** ставится, если:

- работа выполнена полно и правильно в установленный срок;
- ответы изложены логично, аргументировано, на твердом знании учебного и дополнительного материала;
- обнаруживает понимание материала, может обосновать суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры.

**Отметка «хорошо»** ставится, если:

- работа выполнена полностью в установленный срок;
- ответы изложены логично, аргументировано, на неплохом знании учебного и дополнительного материала;
- допущены незначительные неточности при ответе;
- обнаруживает понимание материала, с некоторыми неточностями может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры.

**Отметка «удовлетворительно»** ставится, если:

- работа выполнена в установленный срок;
- даны неполные ответы на задания, не указаны отдельные структуры, вопрос изложен  
непоследовательно и нет его логического завершения;
- не умеет использовать свои знания на практике;
- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- излагает материал не последовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

**Отметка «неудовлетворительно»** ставится, если:

- содержание основного материала не усвоено;
- содержание основных понятий и категорий не раскрыто, беспорядочно и не может излагать учебный материал;
- допущены серьезные ошибки, неточности, искажения при выполнении всех заданий.

### **Методические рекомендации для подготовки к лекционным занятиям.**

Лекционный курс предполагает систематизированное изложение основных вопросов учебного плана. На первой лекции лектор обязан

предупредить обучающихся, применительно к какому базовому учебнику (учебникам, учебным пособиям) будет прочитан курс. Лекционный курс должен давать наибольший объем информации и обеспечивать более глубокое понимание учебных вопросов при значительно меньшей затрате времени, чем это требуется большинству обучающихся на самостоятельное изучение материала.

### **Методические рекомендации для подготовки к практическим занятиям.**

Семинарские (практические занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы. Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование обучающихся по соответствующим темам курса. Активность на практических занятиях оценивается по следующим критериям: – ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем; – участие в дискуссиях; – выполнение проектных и иных заданий; – ассистировали преподавателю в проведении занятий. Выступления и оппонирование выступлений проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений. Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

### **Методические рекомендации для подготовки к самостоятельной работе.**

Для успешного усвоения курса необходимо не только посещать аудиторные занятия, но и вести активную самостоятельную работу. При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны: – просматривать основные определения и факты; – повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учётом рекомендованной по данной теме литературы; – изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов; – самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях; – использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств; – выполнять домашние задания по указанию преподавателя. Домашнее задание оценивается по следующим

критериям: – степень и уровень выполнения задания; – аккуратность в оформлении работы; – использование специальной литературы; – сдача домашнего задания в срок. Оценивание домашних заданий входит в накопленную оценку.

### **Методические рекомендации для получения консультации.**

При всех формах самостоятельной работы студент может получить разъяснения по непонятным вопросам у преподавателя на индивидуальных консультациях в соответствии с графиком консультаций. Студент может также обратиться к рекомендуемым преподавателем учебникам и учебным пособиям, в которых теоретические вопросы изложены более широко и подробно, чем на лекциях и с достаточным обоснованием. Консультация – активная форма учебной деятельности в педвузе. Консультацию предваряет самостоятельное изучение студентом литературы по определённой теме. Качество консультации зависит от степени подготовки студентов и остроты поставленных перед преподавателем вопросов.

### **Информационное обеспечение обучения**

Основные источники:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный //

Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL:

<http://www.iprbookshop.ru/104667.html>

2. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019. — 160 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95431.html>

3. Избранные лекции по лечебной физической культуре. Часть 1. Общие основы лечебной физической культуры, лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях и деформациях опорно-двигательного аппарата: учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений /

составители Л. П. Черепкина. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 116 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. —

URL: <http://www.iprbookshop.ru/74265.html>

Дополнительные источники:

1. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система

IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/64999.html>

2. Бабушкин, Г. Д. Интегральная подготовка спортсменов: учебное пособие для магистрантов / Г. Д. Бабушкин. — Саратов: Вузовское образование, 2021. — 100 с. — ISBN 978-5-4487-0760-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/101367.html> (дата обращения: 11.04.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/101367>

3. Морозов, А. И. Легкая атлетика в программе подготовки студентов факультета физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / А.И.Морозов.—Набережные Челны: Набережно-челнинский государственный педагогический университет 2016. — 78 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/70477.html> (датаобращения:11.04.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.-DOI: <https://doi.org/10.23682/70477>