

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00

471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210def0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Новокузнецкий институт (филиал)

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан ФФКЕП

В.А. Рябов

«08» апреля 2020 г.



Рабочая программа дисциплины

Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных органи-
зациях

Направление

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки

Физическая культура

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Год набора 2020

Новокузнецк 2020

Лист внесения изменений

в РПД Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных органи-
зациях
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета

(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020 г.)

на 2020 год набора

Одобрена на заседании методической комиссии факультета

протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры

протокол № 5 от 28.01.2020 г. Артемьев А.А. (Ф. И.О. зав. кафедрой)

Оглавление

1 Цель дисциплины	4
1.1. Формируемые компетенции	4
1.1 Индикаторы достижения компетенций	4
1.2 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	5
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.....	7
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины	7
3.1 Учебно-тематический план	7
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы	9
4.Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации	15
5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.	15
5.1 Учебная литература	15
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.	16
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.	17
6 Иные сведения и (или) материалы.	17
6.1.Примерные темы письменных учебных работ.....	17
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	19

1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях» является формирование личности студенческой молодежи и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. Для достижения поставленной цели, предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. понимание роли физической культуры в укреплении здоровья и подготовки обучающегося к профессиональной деятельности;
2. знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
4. овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
5. обеспечение общей и профессионально-прикладной подготовки, определяющей укрепление здоровья и готовность обучающегося к будущей деятельности;
6. приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения оздоровительных целей;
7. владение психолого-педагогическими методами оценки собственной педагогической деятельности, межличностных отношений в педагогическом коллективе и личностными особенностями обучающихся с целью их совершенствования, методами управления групповыми процессами в учебном коллективе.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ОПК - 8.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1.Формируемые компетенции

Таблица 1. Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Общепрофессиональная	Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1.1 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2. Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОПК-8. Способен осуществлять пе-	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в	Б1.О.10.01 Плавание с методикой преподавания

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	педагогической деятельности по профилю подготовки. ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	Б1.О.10.02 Гимнастика с методикой преподавания Б1.О.10.03 Спортивные игры с методикой преподавания Б1.О.10.04 Легкая атлетика с методикой преподавания Б1.О.10.05 Физиология физического воспитания и спорта Б1.О.10.06 Теория и методика физической культуры Б1.О.10.07 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование Б1.О.10.08 Лечебная физическая культура и массаж Б1.О.10.09 Дошкольное физическое воспитание Б1.О.11 Спортивная морфология Б2.О.01(У) Учебная практика. Технологическая практика Б2.О.02(У) Учебная практика. Ознакомительная практика Б2.О.03(У) Учебная практика. Проектно-технологическая практика Б2.О.04(П) Производственная практика. Педагогическая практика Б2.О.05(П) Производственная практика. Производственная проектно-технологическая практика

1.2 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки.	Знает: - научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура», лежащее в основе содержания преподаваемого учебного предмета. Умеет: - использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки; - применять научные знания предметной области при разработке образовательных программ, рабочих программ учебных

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
		предметов, курсов внеурочной деятельности. Владеет; - способами получения информации о современном состоянии научных исследований в предметной области «Физическая культура»; - способами применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки.
	ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	Знает: - методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура». Умеет: - решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний. Владеет: - способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.

2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоёмкость дисциплины	108		108
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	64		20
Аудиторная работа (всего):	64		20
в том числе:			
лекции	24		10
практические занятия, семинары	40		10
практикумы			
лабораторные работы			
в интерактивной форме			
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):	44		
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			
подготовка курсовой работы/контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	44		84
4 Промежуточная аттестация обучающегося – зачет	Зачет в 8 семестре		Зачет в 10 семестре 4

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5.1 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоём- кость (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Ауди-торн. занятия		СРС	Ауди-торн. занятия	СРС		
			лекц.	практ				лекц.	
Семестр 8.									
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	1.1.Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учрежде-		2	2	4				ПР-1

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудо-ём-кость (всего час.)	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Ауди-торн. занятия		СРС	Ауди-торн. занятия		СРС	
			лекц.	практ		лекц.	практ.		
	ниях.								
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	2.1.Самоконтроль при заняти-ях оздоровительной физкуль-турой	7	2	2	4				ПР-1
	2.2. Гимнастика для мозга «Braingym»	7	2	4	4				ПР-1
	2.3. Пальцевые гимнастики	7	2	4	4				ПР-1
	2.4. Составление плана физ-культурно-оздоровительной работы на учебный год на ос-нове специальных научных знаний	7	2	4	4				ТС-2
	2.5. Составление плана физ-культурно-оздоровительного мероприятия в образователь-ной организации на основе специальных научных знаний	7	2	4	4				ТС-2
	2.6. Физкультминутки, спо-собствующие пробуждению организма	7	2	4	4				ТС-3
	2.7. Самомассаж	7	2	4	4				ТС-3
	2.8. Точечный массаж: общее понятие, показания и проти-вопоказания, механизм дей-ствия	7	2	4	4				ТС-3
	2.9. Точечный массаж для профилактики простудных за-болеваний		2	4	4				
	2.10. Коррекция осанки	7	2	4	4				ТС-3
	2.11.Физкультминутки, улуч-шающие кровоснабжение го-ловного мозга	5	2	4	4				ТС-3
	Зачет								
ИТОГО по семестру 8.		108	24	40	44				
	ВСЕГО:	108	24	40	44				

Таблица 5 - Учебно-тематический план заочной формы обучения

№ не- де- ли	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудо-	Трудоемкость занятий (час.)		Формы те- кущего кон-
			ОФО	ЗФО	

		ём- кость (всего час.)	Ауди- торн. занятия		СРС	Ауди- торн. занятия		СРС	троля и промежу- точной ат- тестации успеваемо- сти
			лекц.	практ		лекц.	практ		
Семестр 9.									
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	1.1.Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.	36				2		34	ПР-1
	ИТОГО по семестру:	36				2		34	
Семестр 10.									
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	2.1.Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	7				2		5	ПР-1
	2.2. Гимнастика для мозга«Braingym»	7				2		5	ПР-1
	2.3. Пальцевые гимнастики	7				2		5	ПР-1
	2.4. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год на основе специальных научных знаний	7					2	5	ТС-2
	2.5. Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации на основе специальных научных знаний	7				2		5	ТС-2
	2.6. Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	7					2	5	ТС-3
	2.7. Самомассаж	7					2	5	ТС-3
	2.8. Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	7					2	5	ТС-3
	2.9. Коррекция осанки	7					2	5	ТС-3
	2.10. Физкультминутки, улучшающие кровоснабжение головного мозга	5						5	ТС-3
	Зачет								4
ИТОГО по семестру 10.		72				8	10	50	4
	ВСЕГО:	108				10	10	84	4

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
<i>Содержание лекционных занятий</i>		

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры		
1.1.	Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.	Анатомо-физиологические особенности развития обучающихся. Общие подходы и приемы оказания первой медицинской помощи. Понятие «здоровьесберегающая деятельность», принципы организации здоровьесберегающего образовательного процесса. Учет рисков и опасности социальной среды и образовательного пространства при организации образовательного процесса как решение научно-исследовательской задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры		
<i>Содержание лекционных занятий</i>		
2.1.	Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	Особенности питания обучающегося, приема витаминов, использование фармакологических средств с учетом характера нагрузок, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. Современные методики и технологии обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей, их учет при создании формы дневника самоконтроля.
2.2	План физкультурно-оздоровительной работы на учебный год	Значение физкультурно-оздоровительной работы в работе образовательного учреждения. Основные направления физкультурно-оздоровительной работы. Ответственные за это направление работу в ОУ. Порядок утверждения плана физкультурно-оздоровительной работы.
2.3	Плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в образовательном процессе: их роль в сохранении здоровья и воспитании школьников.
2.4.	Гимнастика для мозга«Braingym»	История возникновения «гимнастики для мозга», ее теоретическая основа, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий, как решение научно-исследовательских задач педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
2.5.	Пальцевые гимнастики	Теоретическая основа пальцевых гимнастик, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»
2.6.	Физкультминутки, спо-	Теоретическое обоснование значения движения для

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	собствующие пробуж- дению организма	пробуждения организма, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.7	Самомассаж	Понятие массажа, его виды, место самомассажа в оздоровительной деятельности образовательного учреждения. Приемы самомассажа. Виды самомассажа.
2.8.	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия. Варианты использования точечного самомассажа в образовательном процессе.
2.9.	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний. Массаж по А.А. Уманской. Правила составления рецептов точечного массажа.
<i>Содержание практических/семинарских занятий</i>		
2.1	Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год на основе специальных научных знаний	Проектирование и осуществление здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
2.2	Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации на основе специальных научных знаний	Формирование навыка применения здоровьесберегающих технологий при организации образовательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся, характера образовательного процесса. Использование профессиональной терминологией в процессе занятия. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».
2.3	Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для пробуждения организма. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач пробуждения организма в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
2.7	Самомассаж	Овладение навыками самомассажа, необходимыми для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; навыками организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях; профессиональной речью и специальными жестами, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. Умение выполнять учебные комбинации самомассажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений.
2.8	Взаимомассаж	Овладение навыками взаимомассажа, необходимыми для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; навыками организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях; профессиональной речью и специальными жестами. Умение выполнять учебные комбинации взаимомассажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений.
2.9	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	Овладение навыками точечного массажа, необходимыми для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; навыками организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях; профессиональной речью и специальными жестами. Умение выполнять учебные комбинации точечного массажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».
2.10	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний, повышения иммунитета и улучшения носового дыхания	Овладение навыками точечного массажа для профилактики простудных заболеваний, повышения иммунитета и улучшения носового дыхания. Проведение сеанса самомассажа с контролем длительности задержки дыхания до и после сеанса.
2.11.	Коррекция осанки	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для коррекции осанки. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач коррекции осанки в учебно-тренировочных процессе, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура». Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревнователь-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		ной деятельности.

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
2.12	Физкультминутка с выполнением упражнений по системе «Белояр»	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для коррекции осанки с использованием упражнений с произвольным вытяжением. Измерение длины тела до и после выполнения малой формы.
2.13	Подвижные перемены	Составление плана-конспекта подвижной перемены. Экспериментальная проверка влияния составленного комплекса на когнитивные возможности занимающихся.
2.14	Флэш-моб, как форма физкультурно-оздоровительной работы	Создание флэш-моба, экспериментальная проверка его влияния на эмоциональное состояние участников образовательного процесса
2.15	Физкультминутки, включающие упражнения, улучшающие кровоснабжение головного мозга	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для улучшения кровоснабжения головного мозга. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач улучшения кровоснабжения головного мозга в учебно-тренировочных процессе, на основе обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.16	Использование социальных сетей для повышения двигательной активности обучающихся	Создание группы в социальной сети для привлечения участников образовательного процесса к двигательной активности во внеучебное время
2.17	Физкультминутки, включающие самомассаж для улучшения кровоснабжения головного мозга	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для улучшения кровоснабжения головного мозга. Экспериментальная проверка влияния составленного комплекса на когнитивные возможности занимающихся.
2.18	Пальцевые гимнастики	Составление плана-конспекта пальцевой гимнастики. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач с использованием пальцевых гимнастик в учебно-тренировочных процессе, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура». Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.19	Роль школьного радио,	Анализ каждого направления физкультурно-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	телевидения, прессы в популяризации ЗОЖ	оздоровительной работы и значение школьных средств массовой информации в популяризации здорового образа жизни среди участников образовательного процесса.
2.20	Социальная реклама ЗОЖ в школе	Конкурс социальной рекламы отдельных составляющих и комплекса мер по ведению ЗОЖ
Зачет по дисциплине		

4.Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7.Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам(БРС)

№	Критерии оценки	Шкала оценивания	Количество баллов	Мин/ макс
1	Посещение лекций, тестирование	0,5 балла за ответ на 1 вопрос	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-30
3	Решение учебных и ситуационных задач (кейсов)	5 баллов за задачу	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-40
4	Самостоятельное выполнение учебной исследовательской работы с представлением результатов на практическом	30	20 - удовлетворительно, 25-хорошо, 30 - отлично	
	всего			100

5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие. / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрухина, Е.В. Кетриш. — Электронные текстовые данные. – Москва : Спорт, 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. - URL: <http://e.lanbook.com/book/73814> (дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

2. Асташина, М. П. Использование оздоровительной гимнастики в физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста : учебное пособие / М. П. Асташина, В. П. Шульпина. – Электронные текстовые данные. - Омск : СибГУФК, 2007. - 111 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274513> (дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

Дополнительная учебная литература

1. Система непрерывного физического воспитания как условие адаптации, развития

личности, формирования здорового образа жизни : учебное пособие : [16+] / Э. М. Казин, [и др.] ; под редакцией Э. М. Казина, Н. В. Коваленко ; Российская академия образования, Кемеровский государственный университет, Кузбасская государственная педагогическая академия. - Москва : Омега-Л, 2013. - 435 с. - ISBN 978-5-370-03116-8. - Текст : непосредственный

2. Хайбуллина, Д. Р. Физическая культура личности в системе формирования здорового образа жизни студентов : учебное пособие / Д. Р. Хайбуллина; НФИ КемГУ. – Электронные текстовые данные. - Новокузнецк, 2014. - URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=42970 (дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

3. Асташина, М. П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие / М.П. Асташина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Электронные текстовые данные. - Омск : СибГУФК, 2014. - 189 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043>(дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Таблица 8 - Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
223 Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения: - занятий лекционного типа; - занятий семинарского (практического) типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
153 Зал лечебной физической культуры. Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: музыкальный центр, зеркала.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

220 Учебная аудитория для проведения: - занятий семинарского (практического) типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья, кафедра. Оборудование: стационарное – телевизор; переносное – проектор, ноутбук, экран. Учебно-наглядные пособия: раздаточные материалы по методике обучения физической культуре и педагогическо-физкультурно-спортивного совершенствования. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
--	--

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Информация о физической культуре в жизни современного человека – <http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml>
2. Статьи по физической культуре – <http://window.edu.ru/resource/547/58547>
3. История Олимпийских игр современности – URL :<http://www.olympichistory.info/>
4. База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ – <https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/>
5. Официальный сайт студенческого спортивного союза России – <http://www.studsport.ru/>
6. Официальный сайт FISU – International University Sports Federation - <http://www.fisu.net>

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1.Примерные темы письменных учебных работ

1. Что такое здоровье, из чего складывается здоровье? Какие определения понятия «здоровье» Вы знаете и как их понимаете? Дайте понятие «здоровьесберегающая деятельность», раскройте принципы организации здоровьесберегающего образовательного процесса
2. Как проектировать и осуществлять здоровьесберегающую деятельность с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся; оказывать первую медицинскую помощь.
3. Зачем нужно учитывать при организации образовательного процесса риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.
4. Малые формы физической культуры для пробуждения организма: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.
5. Малые формы физической культуры для профилактики утомления глаз, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.
6. Какие навыки необходимы для применения здоровьесберегающих технологий при организации образовательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся;

7. Малые формы физической культуры для эмоциональной разрядки: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.
8. Какие Вы знаете современные методики и технологии обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей?
9. Малые формы физической культуры для улучшения кровоснабжения мозга: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа
10. Как рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебно-тренировочном процессе?
11. Пальцевые гимнастики как малые формы физической культуры: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений.
12. Как подбирать средства, методы и технологии в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся?
13. Малые формы физической культуры, основанные на концепции триединого мозга, принятой в гимнастике для мозга: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа
14. Как применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и соревновательной деятельности?
15. Малые формы физической культуры для первого урока первой смены: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа
16. Как Вы планируете определять причины ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения?
17. Малые формы физической культуры для второго урока первой смены: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Составить алгоритм обучения техники двигательных действий.
18. Какие навыки необходимы для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях?
19. Какие навыки организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях в рамках физкультурно-образовательной работы Вы планируете использовать?
20. Зачем обучающимся уметь выполнять учебные комбинации в соответствии с требованиями техники физических упражнений?
21. Составить план физкультурно-оздоровительной работы на год для 1 класса общеобразовательной школы.
22. Какие мероприятия составляют здоровьесберегающую деятельность школы? Раскрыть сущность и наполнение любого из них.
23. Формы физкультурно-оздоровительной работы в школе. Описать сущность и содержание одной из форм на Ваш выбор.
24. Составить план-конспект спортивного праздника во 2 классе
25. Формы внеурочной физкультурно-оздоровительной работы в школе. Раскрыть смысл и содержание любой из них.
26. Утренняя гимнастика до учебных занятий: задачи, организация, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений
27. Какие формы сотрудничества с родителями Вы можете предложить в рамках физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.
28. Динамический час в группе продленного дня: задачи, методика проведения, содержание

29. Формы агитации и пропаганды за здоровый образ жизни в школе: перечислить, раскрыть одну из них.
30. Подвижная перемена после второго урока второй смены в декабре: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений.
31. Здоровьесберегающая внеурочная работа в школе: группы мероприятий. Раскрыть смысл и содержание любой группы.
32. Подвижная перемена после второго урока первой смены в декабре: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений.
33. Классные часы «здоровый образ жизни»: план на год, раскрыть содержание одного на Ваш выбор.
34. День Здоровья в школе: план-конспект мероприятия

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 9. Примерные практические задания к зачету

Семестр 10.

Разделы и темы	Примерные практические задания
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры	
1. Планирование физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения	1.1. Составить план физкультурно-оздоровительной работы класса на учебный год, используя научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура». 1.2. Составить план спортивного праздника, как способа решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры	
2. Методики оздоровительной физической культуры	2.1. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия статического напряжения с мышц кисти, используя научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура». 2.2. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия статического напряжения с аксиальной мускулатуры, используя методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура» 2.3. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия эмоциональной разрядки, применяя научные знания предметной области

Составитель:

Коновалова Н.Г., профессор кафедры ФКС.
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))