

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
Институт непрерывного педагогического образования

Кафедра теории и методики физического воспитания



УТВЕРЖДАЮ
Директор ИНПО
Е.В. Иванов
«18» 01 2017 г.

Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников
Учебный модуль по направлению подготовки 44.03.01
Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Рабочая программа

СОГЛАСОВАНО
Начальник учебного отдела
Жегурова В.В. Жегурова
«18» 01 2017 г

Разработали
Канд. пед. наук
Чистякова Е.Г. Чистякова
ст. преподаватели
Кирсанова О.Н. Кирсанова
Андрианова Е.И. Андрианова
«16» января 2017 г.

Принято на заседании кафедры
Протокол № 6 от 16.01.2017 г
Заведующий КТМФВ
Чистякова Е.Г. Чистякова

1 Цели и задачи учебного модуля

Целями учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» являются формирование профессиональных компетенций бакалавра на основе системы научно-методических знаний и способов предметно-практической деятельности по методике применения средств различных физкультурно-спортивных видов в образовательных учреждениях; формирование целостного представления о профессиональной деятельности преподавателя.

Задачами учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» являются: овладение базовым понятийным аппаратом в области физической культуры и спорта; создание представления о методологии обучения упражнениям разнообразных видов физкультурно-спортивной деятельности; формирование у студентов профессиональных компетенций для проведения занятий по физической культуре со школьниками; овладение технологией организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.

2 Место модуля в структуре ОП и направления подготовки

Учебный модуль входит в Блок 1 Модули по выбору, изучается в соответствии с базовым учебным планом направления подготовки в 5 и 6 семестрах.

Для освоения учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» студенты используют знания, умения, навыки, полученные при изучении модулей «Возрастная анатомия и физиология», «Психолого-педагогическое сопровождение физической культуры», «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика спортивных игр». Учебный модуль является основой для освоения учебных элементов модулей «Научно-методическое сопровождение в физической культуре и спорте», «Основы спортивной медицины», прохождения учебной и педагогической практики и выполнения выпускной квалификационной работы.

3 Требования к результатам освоения учебного модуля

Процесс изучения УМ «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» направлен на формирование следующих компетенций:

ПК-1 Готовностью реализовать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов

СК-1 Способен планировать и проводить различные формы занятий по физической культуре, физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия в образовательных учреждениях различных ступеней и видов образования

СК-4 Владением профессионально значимыми двигательными действиями базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности, приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов

В результате освоения УМ студент должен знать, уметь и владеть:

Таблица 1

Код компетенции	Уровень освоения компетенции	знать	уметь	владеть
ПК - 1	Повышенный	технологии развития творчества в процессе реализации образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов в различных образовательных учреждениях	использовать знания, полученные в процессе реализации образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов в различных образовательных учреждениях	навыками генерирования новых идей реализации образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов в различных образовательных учреждениях
СК - 1	Повышенный	технологии организации и содержание различных форм занятий физической культурой в образовательных учреждениях различных видов образования	проводить различные формы занятий физической культурой в образовательных учреждениях различных видов образования	навыками планирования и организации различных форм физкультурных занятий в образовательных учреждениях различных видов образования
СК - 4	Повышенный	технику основных упражнений и двигательных действий, представленных в школьной программе по физической культуре	создавать двигательные представления по основным опорным точкам (элементам действия) и предупреждать ошибки в технике упражнений	навыками выполнения двигательных действий базовых видов физкультурно-спортивной деятельности и на основе сознательного контроля устранять ошибки в технике упражнений

4 Структура и содержание учебного модуля

4.1 Трудоемкость учебного модуля

Таблица 2

Учебная работа (УР)	Всего	Семестр		Коды формируемых компетенций
		5	6	
Полная трудоемкость модуля в зачётных единицах	15 ЗЕ	6 ЗЕ	9 ЗЕ	
Распределение трудоемкости по видам УР в академических часах (АЧ):	540	216	324	
УЭМ-1 «Виды единоборств»	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС	4 52 9 54		СК-1 СК-4
УЭМ-2 «Фитбол-гимнастика»	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС	2 52 9 52		ПК-1 СК-1 СК-4
УЭМ-3 «Аэробика» 23Е	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС		2 34 6 36	ПК-1 СК-1 СК-4
УЭМ-4 «Плавание» 23Е	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС		2 34 6 36	ПК-1 СК-1 СК-4
УЭМ-5 «Лыжный спорт» 23Е	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС		4 32 9 36	ПК-1 СК-1 СК-4
УЭМ-6 «Бадминтон» 23Е	– лекционные занятия – практические занятия – в т.ч. аудиторная СРС – внеаудиторная СРС		2 34 6 36	ПК-1 СК-1 СК-4
Аттестация:		ДЗ	ЭКЗ- 13Е- 36	

4.2 Содержание и структура разделов учебного модуля

УЭМ – 1 «Виды единоборств»

Тема 1.1 Характеристика и методические особенности бокса.

История развития бокса. Профессиональный бокс. Классификация упражнений в боксе. Боевые дистанции. Техника основных передвижений в боксе. Передвижения в ринге. Обычный шаг и скачковый (челнок). Одиночный шаг. Многошажные передвижения. Передвижение «по углам», «по квадрату», «по кругу». Передвижения в парах.

Техника основных ударов в боксе: прямые удары в голову и туловище (на снарядах); прямые удары в голову и туловище (защита); защита и контратаки на прямые удары в голову и туловище (в парах); удары левой и правой сбоку в голову и туловище (на снарядах); удары левой и правой снизу в голову и туловище (на снарядах).

Методика обучения: обучение без противника, с условным противником, с партнером, с противником.

Тема 1.2 Тактика ведения поединка. Организация и проведение соревнований по боксу.

Подготовительные наступательные и оборонительные действия в атакующей и контратакующей форме. Планирование боя. Стиль и манера ведения боя. Тактика ведения боя с разными по стилю и манере противниками. Защитные и контратакующие действия. Упражнения для изучения и совершенствования тактических действий. Оценка ударов. Системы подсчета ударов. Организация и проведение соревнований по боксу. Требования к месту проведения соревнований. Инвентарь. Рефери и их функции. Участие в судействе тренировочных схваток в роли помощника тренера.

Тема 1.3 Характеристика и методические особенности борьбы. Техника борьбы.

История спортивной борьбы. Основные положения в борьбе. Стойка: фронтальная, левосторонняя, правосторонняя, низкая, средняя, высокая. Партер: высокий, низкий, положение лежа на животе, на спине, стойка на четвереньках, на одном колене, мост, полумост. Положения в начале и конце схватки, формы приветствия. Дистанции: ближняя, средняя, дальняя, вне захвата. Элементы маневрирования: в стойке; в партере. Защита от захвата ног.

Тема 1.4 Борьба в стойке. Борьба в партере. Методика обучения.

Борьба в стойке: Сваливания сбиванием; броски наклоном; броски поворотом («мельница»); переводы рывком; переводы нырком; броски подворотом. Тренировочные задания по решению эпизодов схватки в стойке: осуществление захватов; передвижение с партнером; выталкивание партнера; перетягивание партнера; отрыв партнера от ковра; выведение партнера из равновесия. Выполнение изучаемых приемов: на партнере, стоящем в разных стойках; на партнерах разного роста; на партнере,двигающемся в разных направлениях (вперед, назад, в сторону, по кругу); на партнере наступающем, отступающем, скользящем блокирующими захватами и упорами.

Борьба в партере: Перевороты скручиванием. Перевороты забеганием. Перевороты переходом. Перевороты перекатом. Перевороты разгибанием. Тренировочные задания по решению эпизодов схватки в партере и с использованием положения мост: удержание захватом руки и шеи сбоку; удержание захватом шеи с плечом спереди; борьба за захват и удержание партнера из разных исходных положений.

Тема 1.5 Тактика ведения поединка. Организация и проведение соревнований по борьбе.

Способы тактических подготовок. Наступательная, контратакующая и оборонительная тактика. Натиск, прессинг и выжидание. Стратегические направления тактики.

Организация и проведение соревнований по борьбе. Правила составления положения на соревнованиях, необходимая документация, организация открытия и закрытия спортивных состязаний. Требования к местам проведения соревнований.

УЭМ – 2 «Фитбол-гимнастика»

Тема 2.1 Характеристика и методические особенности фитбол-гимнастики. История развития. Характеристика и классификация. Воздействие упражнений на отдельные системы и органы человека Структура и содержание занятий.

Тема 2.2 Основные движения в фитбол-гимнастике.

Общеразвивающие упражнения, упражнения на растягивание, силовые упражнения. Игры с мячом. Техника движений. Запрещенные упражнения.

Тема 2.3 Методика составления комплексов упражнений.

Алгоритм составления комплексов. Варианты построения комплексов разной целевой направленности.

Тема 2.4 Структура и содержание занятий

Урок как форма занятий. Подготовительная, основная и заключительная части урока. Содержание урока. Варианты построения уроков разной целевой направленности.

Проведение частей урока по заданию преподавателя: подготовительной части (разминка и стрейчинговые упражнения); основной (общеразвивающие упражнения, заминка и силовые упражнения); заключительной (растяжка и упражнения релаксации). Обсуждение и анализ проведения частей урока.

УЭМ – 3 «Аэробика»

Тема 3.1 Характеристика и основные направления аэробики

Тема теоретического занятия (лекции)

Характеристика и основные направления аэробики. История развития. Воздействие аэробных упражнений на отдельные системы и органы человека. Направления аэробики – оздоровительная, прикладная, спортивная. Средства аэробики.

Тема 3.2 Терминология в аэробике

Тема практического занятия

Значение терминов. Требования к терминам. Термины основных базовых шагов: техника выполнения десяти базовых шагов и их сочетание. Термины для движений рук: техника выполнения десяти движений рук и их сочетаний.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к терминологическому диктанту.

Тема 3.3 Основные движения в аэробике. Техника движений. Запрещенные упражнения.

Тема практического занятия

Виды занятий аэробикой: базовая, танцевальная, силовой класс, мягкий фитнес, релакс. Основные виды перемещений. Особенности техники выполнения базовых шагов в аэробике. Общеразвивающие упражнения, упражнения на растягивания, подскоки и прыжки. Запрещенные упражнения.

Тема домашнего задания для СРС

Техника выполнения десяти базовых шагов и их сочетание в свободной последовательности на 32 и 64 счета.

Тема 3.4 Методика составления и разучивания комбинаций базовой аэробики.

Тема практического занятия

Методика составления и разучивания комбинаций базовой аэробики. Алгоритм составления комбинаций. Формы записи аэробных комбинаций. Методы разучивания комбинаций: прибавления, деления.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к проведению фрагмента урока по теме: «Методика разучивания аэробной связки (комбинации) способом прибавления; деления.

Тема 3.5 Музыкальное сопровождение в аэробике.

Тема практического занятия

Музыкальный ритм (ритмический рисунок). Темп. Музыкальный размер. Музыкальный квадрат. Требования к музыкальному сопровождению.

Тема домашнего задания для СРС

Прослушивание и отбор музыкальных произведений. Запись CD-диска, рассчитанного для занятий аэробикой (имеющего «квадратную» музыку).

Тема 3.6 Структура и содержание занятий базовой аэробики

Тема практического занятия

Урок как форма занятий. Подготовительная, основная и заключительная части урока. Содержание урока. Средства базовой аэробики (ОРУ; виды ходьбы, бега, прыжков; упражнения на развитие силы, гибкости и др.). Варианты построения уроков разной целевой направленности.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка плана-конспекта фрагмента урока аэробики, установленной формы, с

правильной терминологией, последовательностью упражнений и дозировкой.

Тема 3.7 Методика проведения отдельных фрагментов урока аэробики

Тема практического занятия

Проведение частей урока по заданию преподавателя: подготовительной части (разминка и стрейчинговые упражнения); основной (аэробные упражнения, заминка и силовые упражнения); заключительной (растяжка и упражнения релаксации). Обсуждение и анализ проведения частей урока.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к проведению фрагментов урока: подготовительной части (разминка, предварительный стрейчинг), основной (базовые шаги, заминка, силовые упражнения) и заключительной частей урока (растяжка, релакс).

Тема 3.8 Организация фитнес-праздника в школе.

Тема практического занятия

Сценарий праздника. Особенности организации мероприятия. Подготовка элементов праздника в группах. Анализ мероприятия.

Тема домашнего задания для СРС

Составление сценария праздника. Подготовка музыкального и художественного оформления.

УЭМ – 4 «Плавание»

Тема 4.1 Плавание в системе физического воспитания.

Тема теоретического занятия (лекции)

История развития плавания. Оздоровительное, гигиеническое, лечебное значение плавания. Значение плавания в жизни человека. Плавание в системе дошкольного и школьного физического воспитания.

Тема 4.2 Способы спортивного плавания. Техника спортивного плавания.

Тема практического занятия

Техника плавания кролем на груди. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания брассом. Описание техники плавания: фазы гребка, согласование движений рук и ног, дыхание, модели техники плавания. Критерии оценки пловцов по различным показателям.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к скоростному преодолению дистанции. Сдача контрольных нормативов

Тема 4.3 Старты, повороты и финиши при разных способах плавания.

Тема практического занятия

Старт, поворот и финиш при плавании кролем на груди. Старт, поворот и финиш при плавании кролем на спине. Старт, поворот и финиш при плавании брассом. Техника старта с тумбочки. Техника выполнения старта из воды.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к коллоквиуму по заданным вопросам по теме: «Старты, повороты, финиш»

Тема 4.4 Техника прикладных способов плавания.

Тема практического занятия

Техника ныряния в длину. Передвижение на глубине 1-2 метров в горизонтальном положении. Техника ныряния в глубину. Погружение в вертикальном положении на глубину до 6 метров. Способы передвижения под водой. Прыжки в воду и безопорное погружение. Техника плавания способом на боку.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к сдаче контрольных нормативов для определения физической подготовленности студентов по плаванию

Тема 4.5 Методика обучения технике плавания.

Тема практического занятия

Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения на суше. упражнения для освоения с водой. Методика проведения отдельных частей урока плавания. Проведение частей урока по заданию преподавателя: подготовительной части (разминка специальные упражнения на суше); основной (упражнения для изучения техники спортивного плавания и совершенствования в ней.); заключительной. Разбор основных ошибок при обучении плаванию. Обсуждение и анализ проведения частей урока.

Тема домашнего задания для СРС

Составить план-конспект и подготовка к проведению фрагмента урока по заданию преподавателя.

Тема 4.6 Игры и развлечения на воде. Правила и приемы спасения утопающих.

Тема практического занятия

Обучение игр для освоения с водой. Обучение играм для изучения спортивных способов плавания. Техника спасения и транспортировки тонущего.

Тема домашнего задания для СРС

Подготовка к коллоквиуму по заданным вопросам на тему: «Техника спасения и транспортировки тонущего». Составить план-конспект по теме: «Обучение игр для освоения с водой. Обучение играм для изучения спортивных способов плавания».

УЭМ – 5 «Лыжный спорт»

Тема 5.1 История лыжного спорта

Содержание теоретического занятия (лекция)

Возникновение, развитие и распространение лыж. Краткий обзор развития лыжного спорта в России с древнейших времен и до Октябрьской революции 1917 г. Состояние лыжного спорта в стране в период 1917-1932 гг. Применение лыж в военном деле в годы гражданской войны и военной интервенции. Лыжный спорт в период Великой Отечественной войны. Развитие лыжного спорта в послевоенные годы. Массовый характер лыжного спорта и рост спортивно-технического мастерства лыжников. Участие сборных команд страны в международных соревнованиях, первенствах мира, ОИ. Состояние лыжного спорта в настоящее время, задачи и пути его дальнейшего развития. Развитие и состояние лыжного спорта за рубежом

Содержание практического занятия

Анализ развития лыжного спорта в нашей стране и за рубежом в прошедшем олимпийском цикле. Итоги прошедших зимних Олимпийских игр. Сведения о состоянии лыжного спорта в стране за прошедший год. Анализ выступления сильнейших лыжников страны за прошедший год. Новое в методике тренировки, тактике, технике, материально-техническом обеспечении (одежда, обувь, инвентарь, оборудование).

Характеристика видов лыжного спорта (лыжные гонки, биатлон, горнолыжный спорт, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, фристайл, сноубординг. и др). Охарактеризовать историю развития, оборудование и инвентарь, технику, правила соревнований, выдающихся спортсменов мира и России.

Тема 5.2 Основы техники обучения классическим способам передвижения на лыжах

Содержание теоретического занятия (лекция)

Классификация лыж – гоночные, прыжковые, горные лыжи, туристические, детские, охотничьи. Ступающие лыжи – ракетообразные, овальные. Описание лыж. Материал для изготовления. Конструкция лыж. Лыжные крепления. Палки для лыжных гонок, слалома и туристических путешествий. Материал для изготовления лыжных палок. Разновидности колец и штырей для лыжных палок. Выбор лыжных палок.

Содержание практического занятия

Характеристика посадки лыжника, толчки ногой, рукой. Основные требования к согласованности движений. Фазовая структура лыжных ходов. Динамическая структура

скользящего шага: направление и величина усилия при толчке ногой и рукой, пережат, подседание. Техника способов передвижения. Характеристика работы отдельных частей тела, построение усилий в цикле попеременных ходов (двухшажный, четырехшажный), одновременных ходов (бесшажный, одношажный – основной и скоростной), двухшажный.

Основы техники передвижения на лыжах. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, способности к расслаблению. Специально - подводящие упражнения лыжника-гонщика. Имитационные упражнения на месте. Посадки лыжника. Движения рук в попеременном ходе. Движения рук и туловища в одновременном бесшажном ходе. Специально-подготовительные упражнения для разминки групп мышц с резиновыми амортизаторами, набивными мячами и другими отягощениями с имитацией лыжных ходов. Имитационные упражнения в движении. Скользящий шаг, попеременные и одновременные ходы без палок и с палками, подъемы, элементы техники спусков, поворотов, торможений. Строевые упражнения. Строевая стойка с лыжами. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «По порядку расходи-тайся!». Выполнение поворотов на месте. Выполнение команд: «Направо!», «Налево!», «Кругом!». Крепление и переноска лыж. Выполнение команд: «Лыжи на плечо!», «Лыжи взять!», «На лыжи становись!», «Лыжи снять!», «Лыжи скрепить!», «Лыжи под руку!», «Лыжи на ноги!». Построение и перестроение в колонну по одному и в одну колонну, построение из шеренги в колонну. Повороты на месте: переступанием, махом, прыжком (с опорой и без опоры на палки).

Подъемы: попеременными ходами (отступающим, скользящим), «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Спуски: в основной, высокой, низкой стойках, наискось, в стойке отдыха. Торможения: лыжами («плугом», упором), падением, палками. Повороты в движении: переступанием, рулением (упором, «плугом»). Изучение и совершенствование техники способов передвижения на лыжах в различных условиях скольжения, состояния лыжни и рельефа местности. Слалом. Ознакомление с техникой и тактикой прохождения отдельных ворот и их сочетаний.

Тема 5.3 Методика обучения классическим способам передвижения на лыжах

Содержание теоретического занятия (лекция)

Причины, вызывающие травматизм и обморожения. Наиболее характерные травмы в лыжном спорте. Профилактика травматизма: требования к местам занятий, инвентарю, одежде, обуви. Организация занятий, методика проведения занятий. Требования, предъявляемые к лыжнику. Роль преподавателя в обеспечении безопасности на занятиях и соревнованиях. Руководство учебной группой при занятиях лыжным спортом.

Содержание практического занятия

Методика обучения передвижению на лыжах. Совершенствование навыков подачи команд и управления группой на занятиях по лыжному спорту. Выполнение студентами заданий по проведению строевых упражнений с лыжами и на лыжах, показу и объяснению общеразвивающих и имитационных упражнений, проведению игр и игровых заданий по изучению и совершенствованию техники способов передвижения на лыжах. Определение и исправление ошибок в способах передвижения на лыжах. Выбор и подготовка мест занятий для обучения способам передвижения на лыжах.

Овладение навыками обучения отдельным ходам, подъемам, спускам, торможениям, поворотам. Определение последовательности обучения, подбор и использование подводящих упражнений. Определение и исправление ошибок техники при обучении. Выбор и подготовка мест занятий. Проведение частей урока. Овладение навыками показа и объяснения отдельных упражнений и техники отдельных способов передвижения в целом. Составление конспекта для проведения урока начального обучения. Обеспечение безопасности при проведении занятий. Подготовка инвентаря к занятиям.

УЭМ – 6 «Бадминтон»

Тема 6.1 Техника и тактика игры бадминтон

Содержание теоретического занятия (лекция)

Сущность и характеристика игры. Техника игры: стойки, перемещения, способы держания ракетки, удары волану, подача. Одиночные и парные встречи. Основные правила игры в бадминтон.

Содержание практического занятия

Способы держания (хватки) ракетки. Основная стойка бадминтониста. Удары по волану – короткие справа и слева, косые справа и слева, высоко-далекие. Подачи. Тактика одиночной и парной встреч.

Тема 6.2 Методика обучения

Содержание теоретического занятия (лекция)

Методические приемы, средства и методы обучения. Специальные упражнения с ракеткой и воланом. Этапы обучения. Последовательность изучения движений по фазам. Тренажерные и специальные устройства для обучения.

Содержание практического занятия

Подача (высоко-далекая, плоская, высоко-атакующая, короткая), удары (высоко-далекие, плоские, укороченные). Удар в противоход, фронтальные и нефронтальные удары, проводка волана, атака, защита и контратака.

Тема 6.3 Правила соревнований

Содержание практического занятия

Учебная игра с методикой судейства. Отчетная документация. Организация и судейство соревнований по бадминтону

Виды соревнований, их организация. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Системы розыгрыша. Судейская коллегия, ее обязанности. Требования к местам соревнований. Спортивный, судейский и хозяйственный инвентарь. Организация информации. Особенности организации массовых соревнований.

Участие в учебных соревнованиях по бадминтону. Судейство учебных соревнований. Необходимо сдать для зачета: положение о соревновании, турнирная таблица, итоговая таблица и написать отчет о проведенном соревновании.

4.3 Организация изучения учебного модуля

Методические рекомендации по организации изучения УМ с учетом использования в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий даются в Приложении А.

5 Контроль и оценка качества освоения учебного модуля

Контроль качества освоения студентами УМ и его составляющих осуществляется непрерывно в течение всего периода обучения с использованием балльно-рейтинговой системы (БРС), являющейся обязательной к использованию всеми структурными подразделениями университета.

Для оценки качества освоения модуля используются формы контроля: текущий – регулярно в течение всего семестра; рубежная (промежуточная) аттестация – на девятой неделе семестра; семестровая (промежуточная) аттестация – по окончании изучения УМ.

Оценка качества освоения модуля осуществляется с использованием фонда оценочных средств, разработанного для данного модуля, по всем формам контроля в соответствии с положением «Об организации учебного процесса по основным образовательным программам высшего профессионального образования» и положения «О фонде оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации студентов и итоговой аттестации выпускников».

Содержание видов контроля и их график отражены в технологической карте учебного модуля (Приложение Б).

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ - 1 «Виды единоборств»

Таблица 3

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Доклад	текущий	10	- соответствие содержания доклада теме; - информативность; - логичное изложение содержания; - речевая культура
Учебная комбинация	текущий	10/15/20	- выполнена полностью, ошибки в технике отсутствуют - выполнена полностью, но с незначительными ошибками в технике - выполнена полностью, со значительными ошибками в технике - комбинация не выполнена
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Учет посещения занятий		10	- 100 – 90 - % - 89 – 70 % - 69-50 % - менее 50%

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ – 2 «Фитбол-гимнастика»

Таблица 4

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Презентация	текущий	20	- соответствие содержания презентации теме; - информативность; - логичное изложение содержания; - соответствие требованиям оформления
Учебная комбинация	текущий	10	- выполнена полностью, ошибки в технике отсутствуют - выполнена полностью, но с незначительными ошибками в технике - выполнена полностью, со значительными ошибками в технике - комбинация не выполнена
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Ролевые задания	текущий	15/20	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Учет посещения занятий		10	- 100 – 90 - % - 89 – 70 % - 69-50 %

			- менее 50%
--	--	--	-------------

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ – 3 «Аэробика»

Таблица 5

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Терминологический диктант	текущий	10	- точно определяет понятие; - выделяет необходимые и достаточные признаки понятия
Учебная комбинация	текущий	10	- выполнена полностью, ошибки в технике отсутствуют - выполнена полностью, но с незначительными ошибками в технике - выполнена полностью, со значительными ошибками в технике - комбинация не выполнена
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Ролевые задания	текущий	10/20	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Творческое задание	текущий	10	- задание выполнено в полном объеме, проявил оригинальность и креативность; - задание выполнено частично, проявил некоторую оригинальность; - задание выполнено частично, не проявил оригинальности.
Учет посещения занятий		10	- 100 – 90 - % - 89 – 70 % - 69-50 % - менее 50%

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ - 4 «Плавание»

Таблица 6

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Коллоквиум	текущий	10	- вопрос раскрыт в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология. - ответ недостаточно систематизирован и последователен, примеры не всегда правильные, допущены незначительные ошибки в применении терминологии. - ответ не систематизирован и не последователен, не может проиллюстрировать ответ примерами,

			допущены существенные ошибки в применении терминологии.
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Ролевые задания	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Контрольный норматив	текущий	20	учитывается результат и техника выполнения элемента.
Учет посещения занятий		20	- 100 – 90 - % - 89 – 70 % - 69-50 % - менее 50%

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ - 5 «Лыжный спорт»

Таблица 7

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Презентация	текущий	20	- соответствие содержания презентации теме; - информативность; - логичное изложение содержания; - соответствие требования оформления
Коллоквиум	текущий	10	- вопрос раскрыт в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология. - ответ недостаточно систематизирован и последователен, примеры не всегда правильные, допущены незначительные ошибки в применении терминологии. - ответ не систематизирован и не последователен, не может проиллюстрировать ответ примерами, допущены существенные ошибки в применении терминологии.
Домашнее задание	текущий	5	- четкое и безошибочное выполнение заданий - неточности при выполнении заданий -испытывает трудности при выполнении заданий
Ролевые задания	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Контрольный норматив	текущий	5	учитывается результат и техника выполнения элемента.
Учет посещения занятий		10	- 100 – 90 % - 89 – 70 % - 69-50 % - менее 50%

Критерии оценки различными оценочными средствами для УЭМ - 6 «Бадминтон»

Таблица 8

Оценочное средство	Вид контроля	Макс. кол-во баллов	Критерии оценки
Терминологический диктант	текущий	10	- точно определяет понятие; - выделяет необходимые и достаточные признаки понятия
Доклад/ сообщение	текущий	10	- соответствие содержания доклада теме; - информативность; - логичное изложение содержания; - речевая культура
Собеседование	текущий	10	- вопрос раскрыт в полном объеме, без существенных ошибок, может проиллюстрировать ответ примерами, правильно использована терминология - ответ недостаточно систематизирован и последователен, допущены незначительные ошибки в терминологии. - ответ не систематизирован и не последователен, допущены существенные ошибки в терминологии.
Контрольный норматив	текущий	5	При выполнении учитывается результат и техника выполнения элемента.
Тестовый контроль основ знаний	текущий	10	Количество правильных ответов на вопросы
План-конспект	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Ролевые задания	текущий	10	- соответствие критериям - частичное соответствие критериям - несоответствие критериям
Учет посещения занятий		10	- 100 – 90 % - 89 – 70 % - 69-50 % - менее 50%

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» представлено Картой учебно-методического обеспечения (Приложение В)

Дополнительная литература:

1. Антонова О. Н. Лыжная подготовка: Методика преподавания : учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений. - М. : Академия, 1999. - 207с. 2(25)
2. Барчуков И. С. Физическая культура: методики практического обучения : учеб. для вузов / И. С. Барчуков. - М.: Кнорус, 2014-2017. - 297 с. (6)
3. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учеб. для вузов / Под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004-2008. - 396,[1]с. 1(7)
4. Бергер Г. И. Конспекты уроков для учителя физкультуры, 5-9 класс: урок физкультуры: спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. - М.: Владос, 2003. - 142,[2]с. 2(13)

Интернет-ресурсы

<http://www.boxing-fbr.ru/> - федерация бокса России.
<http://www.wrestrus.ru/> - федерация спортивной борьбы России.
<http://www.fitness-aerobics.ru/> - федерация фитнес-аэробики России.
<http://www.flgr.ru/> - федерация лыжных гонок России
<http://badm.ru/> - национальная федерация бадминтона России
<http://russwimming.ru/> - всероссийская федерация плавания

7 Материально-техническое обеспечение учебного модуля

Для осуществления образовательного процесса необходимы: спортивный зал со специализированным оборудованием, плавательный бассейн с дорожками, мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях, компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Приложения (обязательные):

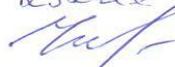
- А – Методические рекомендации по организации изучения учебного модуля
- Б – Технологическая карта
- В - Карта учебно-методического обеспечения УМ

Рабочая программа актуальна на 2018-2019 учебный
 семестр № 11 заседание кафедры от декабря 2018г.

Разработчик: к.п.н. Чистякова Е.Г. 
 ст. преподаватель Ширякова О.Н. 
 ст. преподаватель Андрианова Е.И. 

Зав. кафедрой ТМФВ: 

Рабочая программа актуальна на 2019-2020 учебный
 семестр № 10 заседание кафедры от декабря 2019г.

Разработчик: к.п.н. Чистякова Е.Г. 
 ст. преподаватель Ширякова О.Н. 
 ст. преподаватель Андрианова Е.И. 

Зав. кафедрой ТМФВ: 

Приложение А

Приложение А.1. Методические рекомендации по организации изучения учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников»

Приложение А.2. Примерные вопросы для подготовки к экзамену.

Приложение А.3. Примеры заданий для заочного обучения.

Приложение А.1. Методические рекомендации по организации изучения учебного модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников»

УЭМ - 1 «Виды единоборств»

Темы 1.1 и 1.4 При подготовке доклада по теме: «История развития одного из видов единоборств» студентам рекомендуется придерживаться следующего примерного плана:

- история возникновения;
- развитие избранного вида единоборств в России;
- олимпийские чемпионы и известные спортсмены СССР и России;
- перспективы развития избранного вида единоборств.

По теме 1.1: бокс, греко-римская борьба, дзюдо, самбо, вольная борьба, карате, рукопашный бой, борьба на поясах, смешанное боевое единоборство (ММА), восточное боевое единоборство, тайский бокс, универсальный бой, ушу, джиу-джитсу, кикбоксинг, киокусинкай, айкидо.

По теме 1.2: национальные виды борьбы - Кураш (Узбекистан) — узбекская и татарская национальная борьба. Гюлеш (Азербайджан); Казахша курес (Казахстан); Кох (Армения); Сумо (Япония); Татарча корэш (Татарстан); Хапсагай (Якутская национальная борьба); Хуреш (Тувинская национальная борьба); Чидаоба (Грузия); Панкратион (Греция); Шуайцзяо (Китай); Гореш (Туркмения); Бөх (Монголия); Трынта, трынтэ (Молдавия).

Критерии оценки:

- соответствие содержания доклада теме;
- информативность;
- логичное изложение содержания;
- речевая культура

Учебная комбинация - 1. Двойной шаг вперед в стойке - двойной шаг назад в стойке - шаг влево с разворотом туловища вправо - шаг вправо с разворотом туловища влево - передвижение влево-вперед на один шаг и возвращение обратно - передвижение на один шаг вправо-вперед и возвращение обратно - выпад шагом влево-вперед - выпад шагом вправо-вперед. Передвижение «шафл».

Критерии оценки техники упражнений

<i>Выполнение технического действия</i>	<i>оценка</i>
выполнение упражнений без ошибок	10
упражнения выполнены с одной ошибкой, не ведущей к искажению техники приема	7
упражнения выполнены с несущественными ошибками, не ведущими к сильному искажению техники	5
упражнения выполнены с существенными нарушениями техники	3
упражнения не выполнены	0

Тема 1.2 *План-конспект* фрагмента урока по теме: «Методика обучения ударам в боксе».

Учебная комбинация – 2: Из фронтальной стойки одиночные удары (прямые, боковые, удары снизу). Двойные прямые удары в голову, в корпус из боевой стойки: двойка, два левых, левой

в голову правой в живот.

Тема 1.3 Учебная комбинация – 3: Упражнения в парах:

Атакующие действия на дальней и средней дистанциях:

- а) одиночные, двойные удары;
- б) удары в сериях – однотипные (прямые, боковые, снизу);
- в) комбинированные удары в сериях (прямые с боковыми, удары снизу в сочетании с боковыми и прямыми).

Защитные действия на дальней и средней дистанциях:

- а) от одиночных ударов;
- б) ударов серией.

Действия в контратаке на дальних и средних дистанциях:

- а) контратака одним ударом
- б) контратака серией ударов.

Тема 1.4 Учебная комбинация – 4. Борьба в партере. Перевороты скручиванием: рычагом; захватом рук сбоку; переворот скручиванием захватом дальних руки и бедра снизу-спереди. Перевороты забеганием: захватом шеи из-под плеча. Перевороты переходом: с ключом и захватом плеча другой руки; с ключом и захватом подбородка; захватом шеи с бедром.

Критерии оценки техники упражнений

<i>Выполнение технического действия</i>	<i>оценка</i>
выполнение упражнений без ошибок	10
упражнения выполнены с одной ошибкой, не ведущей к искажению техники приема	7
упражнения выполнены с несущественными ошибками, не ведущими к сильному искажению техники	5
упражнения выполнены с существенными нарушениями техники	3
упражнения не выполнены	0

Тема 1.5 Учебная комбинация – 5. Борьба в стойке. Переводы в партер. Перевод в партер рывком: за руку; захватом шеи сверху и разноименного бедра; захватом одноименной руки с подножкой. Перевод нырком: захватом ног; захватом шеи и туловища. Сваливание сбиванием. Захватом ног.

План-конспект фрагмента урока по теме: «Методика обучения приемам борьбы».

Тема 1.6 Учебная комбинация – 6. перевод рывком с захватом плеча и шеи сверху - сбивание сваливанием с захватом ног; перевод рывком с захватом одноименной руки с подножкой - бросок наклоном с захватом руки с задней подножкой; перевод рывком с захватом одноименной руки с подножкой - переворот забеганием захватом руки на ключ и предплечья на шее; перевод рывком с захватом одноименной руки с подножкой - переворот скручиванием рычагом; перевод нырком с захватом ног - переворот скручиванием с захватом скрещенных голеней; перевод рывком с захватом одноименной руки – бросок подворотом с захватом руки через плечо; перевод рывком захватом одноименной руки с подножкой - бросок поворотом захватом руки и одноименной ноги изнутри.

УЭМ - 2 «Фитбол-гимнастика»»

Рекомендации по составлению электронных *презентаций* по теме: Характеристика и методические особенности фитбол-гимнастики.

Презентация или «слайд-фильм», подготовленная в Power Point, представляет собой последовательность слайдов, которые могут содержать план и основные положения

выступления, все необходимые таблицы, диаграммы, схемы, рисунки, входящие в демонстрационный материал. При необходимости в презентацию можно вставить видеоэффекты и звук.

Перед созданием презентации на компьютере важно определить:

- назначение презентации, ее тему – следует самому понять то, о чем вы собираетесь рассказывать;
- примерное количество слайдов - слайдов не должно быть много, иначе они будут слишком быстро меняться.
- как представить информацию наиболее удачным образом
- содержание слайдов
- графическое оформление каждого слайда

Этапы создания презентации

1. Планирование презентации - определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала
2. Составление сценария - логика, содержание.
3. Разработка дизайна презентации – определение соотношения текстовой и графической информации.
4. Проверка и отладка презентации.

Объем информации и требования к содержанию.

- На одном слайде не более трех фактов, выводов, определений
- Ключевые пункты отражаются по одному на каждом отдельном слайде

Слайды не надо перегружать ни текстом, ни картинками. Лучше избегать дословного "перепечатывания" текста на слайды — слайды, перегруженные текстом, вообще не смотрятся. Лучше не располагать на одном слайде более 2 – 3 рисунков, так как иначе внимание слушателей будет рассеиваться.

Не стоит вставлять в презентации большие таблицы: они трудны для восприятия - лучше заменять их графиками, построенными на основе этих таблиц. Если все же таблицу показать необходимо, то лучше оставить как можно меньше строк и столбцов, привести только самые необходимые данные. Это также позволит сохранить необходимый размер шрифта, чтобы учебная таблица не превратилась в таблицу медицинскую для проверки зрения. При той легкости, с которой презентации позволяют показывать иллюстративный материал, конечно же, хочется продемонстрировать как можно больше картинок. Однако не стоит злоупотреблять этим.

В презентации не стоит использовать музыкальное сопровождение, если конечно оно не несет смысловую нагрузку, так как музыка будет сильно отвлекать и рассеивать внимание трудно одновременно слушать лектора и музыку.

Гибкость – одна из основ успешной презентации. Будьте готовы внести изменения по ходу презентации в ответ на реакцию слушателей. Современные программные и технические средства позволяют легко изменять содержание презентации и хранить большие объемы информации.

Учебная комбинация – последовательное выполнение 10 упражнений с фитболом. Учебная комбинация выполняется при изучении тем 2.2 и 2.3.

Критерии оценки:

- 20 баллов - комбинация выполнена полностью, ошибки отсутствуют;
- 10 баллов - комбинация выполнена полностью, но с незначительными ошибками;
- 5 баллов - комбинация выполнена полностью, но со значительными ошибками;
- 0 баллов - комбинация не выполнена.

План-конспект составляется по темам 2.2, 2.3 и 2.4 - является одним из средств текущего контроля в освоении дисциплины, позволяет формировать и оценивать умения

студентов по планированию и оперативному управлению педагогическим процессом по физическому воспитанию.

Составить комплексы, упражнений на мячах в зависимости от различной направленности:

- для укрепления мышц рук и плечевого пояса;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для укрепления мышц спины и таза;
- для укрепления мышц ног и свода стопы;
- для увеличения гибкости и подвижности в суставах;
- для развития функции равновесия и вестибулярного аппарата;
- для формирования осанки;
- для развития ловкости и координации движений;
- для развития танцевальности и музыкальности;
- для расслабления и релаксации как средств профилактики различных заболеваний (опорно-двигательного аппарата, внутренних органов).

Критерии оценки:

10 б.- форма конспекта соответствует установленной. Допущены мелкие ошибки в терминологии упражнений.

7 б. - форма конспекта соответствует установленной. Допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

3 б. – конспект написан в произвольной форме, допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

Ролевые задания проводятся при изучении тем 2.2, 2.3 и 2.4 - Подготовка и проведение фрагментов урока по заданию преподавателя: подготовительной части (разминка), основной (ОРУ, заминка, силовые упражнения) и заключительной частей урока (растяжка, релакс).

Оценка качества проведения фрагмента урока.

20 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику упражнений, образцово показывает их, соблюдает оптимальную последовательность упражнений в комбинации, грамотно ведет счет, использует подсказывающий подсчет, исправляет ошибки занимающихся.

10 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику упражнений, образцово показывает их, допускает ошибки в последовательности упражнений в комбинации, грамотно ведет, подсказывающий подсчет не использует, не исправляет ошибки занимающихся.

3 балла - Организация занятия на низком уровне. Студент допускает ошибки в командах, технике и терминологии упражнений, допускает незначительные ошибки в показе, не исправляет ошибки.

УЭМ - 3 «Аэробика»

Организация занятий по аэробике основывается на следующих положениях:

1. Существуют базовые элементы, которые составляют основное содержание комплексов упражнений и отвечают принципу «безопасной техники» их выполнения.

2. При исполнении движений следует придерживаться правильной техники.

3. Выделение отдельных «зон» физической нагрузки в зависимости от характера двигательных действий на основе общего понятия «вертикальная ударная нагрузка»: безударная (в партере); низкоударная (в контакте с опорой); высокоударная.

4. Поточный (непрерывный), серийно-поточный (с минимальными перерывами между различными упражнениями) методы проведения упражнений характерны для любого занятия

аэробикой.

Следует также использовать «интервальный» и «круговой» методы тренировки, суть которых заключается в чередовании упражнений (серий, блоков), направленных на совершенствование силовых возможностей разных мышечных групп и упражнений, развивающих аэробную выносливость.

5. Место занятия – помещение, в расчете не менее 4² м на человека, с зеркалами.

К особенностям методики проведения аэробики относятся следующие моменты:

- при выполнении движений следует избегать резких движений баллистического характера;

- новые движения и способы перемещений должны выполняться в медленном темпе или даже имитироваться;

- для облегчения выполнения эффективно использование сопровождающих команд и подсказок словом и действием – показом;

- на начальных этапах занятий следует составлять комплексы в соответствии с возможностями занимающихся, в зависимости от уровня их тренированности;

- подбор музыкальных произведений и музыкальное оформление занятий должны соответствовать характеру и особенностям занимающихся, отвечать ритмичности произведения.

При проведении учебных занятий следует широко использовать групповые занятия. Групповые занятия отличаются большим разнообразием, которое достигается за счет изменения приемов организации и проведения.

Деятельность студентов на занятиях может быть организована по-разному даже при использовании одной и той же программы. Применяются: фронтальный (все выполняют упражнения одновременно), индивидуальный (самостоятельное выполнение задания) или круговой способы (выполнение упражнений на «станциях» с различной целевой направленностью).

Музыкальное сопровождение следует использовать на CD-дисках, рассчитанных специально для занятий аэробикой и имеющих «квадратную» музыку.

Темп музыки можно замедлять или ускорять в зависимости от стадии усвоения элемента. Если в начале изучения нового материала темп будет слишком высокий, то, как правило, такая ситуация может привести к перенапряжению, неспособности студентов понять задание и повторить его. Но и слишком затягивать выполнение движений в замедленном темпе также не следует.

При проведении занятий преподаватель сталкивается с необходимостью использовать специальный язык – терминологию, приемы визуальной информации для контакта со студентами, для передачи информации об упражнении не прерывая занятия, исправления ошибок и поощрения занимающихся.

Групповые занятия должны быть организованы таким образом, чтобы обеспечить максимальную безопасность занимающихся, а также возможность слышать указания преподавателя и видеть, как он демонстрирует выполнение какого-либо движения или упражнения. Чаще всего преподаватель стоит перед занимающимися лицом к ним.

Для передачи информации, преподавателю необходимо владеть техникой подачи команд. Условно все команды делятся на:

1. Словесные (вербальные)

- речевые обозначения (термины)

- речевые указания (начало и окончание движений, направление, осанка и техника)

- цифровые (число повторений, счет «прямой» и «обратный»)

- речевая мотивация (поощрение);

2. Визуальные (невербальные)

- «язык движений» (тела) показ упражнений с соблюдением требований к их технике

- специфические жесты (направление движений, «пальцевый» счет, специальные обозначения)

- мимика (улыбка, кивок головой)

Указания, даваемые преподавателем, должны быть правильными по форме и четкими, т.е. построены на основе литературного языка. Инструкции для занимающихся должны использоваться правильно по времени (не нарушать ход урока и помогать им), быть конкретными, точными и убедительными.

В словесных указаниях обычно используются одно-два слова, являющиеся вспомогательными пояснениями, информацией о смене движений, похвалой или корректировкой.

Обычно на занятиях аэробикой словесные указания сочетаются с визуальными (зрительная информация воспринимается быстрее). Для того чтобы жесты были понятны, они должны выполняться с некоторым опережением (хотя бы за 2-4 счета до начала следующего упражнения; также необходимо сохранять жест некоторое время, чтобы занимающимся стало ясно, какое движение последует). Демонстрация жеста должна быть четкой и постоянной для конкретных движений.

Тема 3.2 Терминологический диктант. Подготовка студентов к написанию терминологического диктанта является видом самостоятельной работы студента и в то же время средством контроля и оценки его знаний, умений и навыков при освоении учебного модуля. Данное средство позволяет оценить степень овладения студентами ключевых понятий.

Для подготовки к терминологическому диктанту заполните таблицу:

Название базового шага	Русский перевод	Описание движения
Step touch		
Open step		
Grape wine		
Knee up		
Curl leg		
и др. шаги		

Контроль проводится по 10 терминам.

Критерии оценки:

- точно определяет понятие;
- выделяет необходимые и достаточные признаки понятия

Если студент правильно определил

- 8-10 терминов – 10 баллов;
- 6-7 - 8 балла;
- 4-5 – 5 балла;
- 1-3 - 2 балла

Тема 3.3 Учебная комбинация - техника выполнения базовых шагов и их сочетание. Выполняются базовые шаги аэробики в свободной последовательности (по выбору студента) на 32 и 64 счета. Оценивается техника выполнения.

Критерии оценки:

- 10 баллов - комбинация выполнена полностью, ошибки в технике отсутствуют;
- 6 баллов - комбинация выполнена полностью, но с незначительными ошибками в технике;
- 1 балл - комбинация выполнена полностью, со значительными ошибками в технике;
- 0 баллов - комбинация не выполнена.

План-конспект является одним из средств текущего контроля в освоении дисциплины, позволяет формировать и оценивать умения студентов по планированию и оперативному управлению педагогическим процессом по физическому воспитанию.

Составить комбинации, используя предложенную ниже форму.

такты (восьмерки)	название базового шага	счеты	движения ног	движения рук
----------------------	------------------------------	-------	--------------	--------------

Критерии оценки:

10 б.- форма конспекта соответствует установленной. Допущены мелкие ошибки в терминологии упражнений.

7 б. - форма конспекта соответствует установленной. Допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

3 б. – конспект написан в произвольной форме, допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

Тема 3.4 Ролевое задание 1: проведение фрагмента урока по теме: «Методика разучивания аэробной связки (комбинации) способом прибавления; деления». Сдача практического требования.

Для проведения аэробных комбинаций существует алгоритм их составления.

1. Необходимо определиться, какой продолжительности будет конечная комбинация, т.е. на сколько «музыкальных квадратов» она будет выполняться. Оптимальная продолжительность для начинающих составляет «музыкальный квадрат» (четыре «восьмерки»). Лучше использовать простую хореографию, без изменения направлений, поворотов и пр. В дальнейшем можно усложнять комбинации.

2. Принципиально важным моментом является смена лидирующей ноги. Чтобы сменить лидирующую ногу надо выполнить базовые движения в нечетном количестве (1,3,5 раз). Это можно сделать в любой восьмерке «музыкального квадрата», но чаще всего меняют ногу через две восьмерки (16 счетов) либо через четыре восьмерки (в конце «музыкального квадрата»).

3. Следует составить «скелет» комбинации, который можно затем модифицировать и усложнять.

Учебные задания

1. Изучить алгоритм составления комбинаций

2. Изучить форму записи аэробных комбинаций, используя предложенную таблицу:

Количество счетов	Базовое движение	Направление	Движения рук
----------------------	------------------	-------------	--------------

Оценка качества проведения фрагмента урока.

10 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику базовых шагов, образцово показывает их, соблюдает оптимальную последовательность упражнений в комбинации, грамотно ведет счет, использует подсказывающий подсчет, исправляет ошибки занимающихся.

7 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику базовых шагов, образцово показывает их, допускает ошибки в последовательности упражнений в комбинации, грамотно ведет, подсказывающий подсчет не использует, не исправляет ошибки занимающихся.

3 балла - Организация занятия на низком уровне. Студент допускает незначительные ошибки в командах и технике базовых шагов, допускает незначительные ошибки в показе, в терминологии упражнений, не исправляет ошибки.

Тема 3.6 План-конспект фрагмента урока аэробики.

Критерии оценки:

10 баллов - форма конспекта соответствует установленной, правильная последовательность упражнений и дозировка, допущены мелкие ошибки в терминологии.

7 баллов - форма конспекта соответствует установленной, правильная последовательность упражнений, допущены незначительные ошибки в дозировке упражнений и терминологии.

3 балла – конспект написан в произвольной форме, допущены незначительные ошибки в последовательность упражнений и терминологии упражнений, грубые ошибки в дозировке.

Тема 3.7 Ролевое задание 2. Подготовка и проведение частей урока по заданию преподавателя. Проведение фрагментов урока: подготовительной части (разминка, предварительный стрейчинг), основной (базовые шаги, заминка, силовые упражнения) и заключительной частей урока (растяжка, релакс).

Критерии оценки: см. тема 1.4

Тема 3.8 Творческое задание: Организация фитнес-праздника в школе.

Учебные задания

- 1.Изучить особенности организации мероприятия для детей: младшего, среднего и старшего школьного возраста.
- 2.Составление сценария праздника с учетом контингента участников.
- 3.Подготовка музыкального и художественного оформления.
- 4.Подготовка элементов праздника в группах.
- 5.Определение формы судейства и процедуры награждения участников.
- 6.Проведение праздника.
- 7.Анализ мероприятия.

УЭМ - 4 «Плавание»

Тема 4.2 Студенты готовятся к скоростному преодолению дистанции различными способами спортивного плавания: вольный стиль (кроль на груди) - 50 м; кроль на спине -100 м. Оценивается норматив исходя из 10 баллов.

Контрольный норматив:

50 метров кролем на груди: отлично – 42,00; хорошо – 45,00; удов – 50,00

Отлично – 10 баллов

Хорошо – 7 баллов

Удов – 3 балла

100 метров кролем на спине: отлично – 1,36,00; хорошо – 1,42,00; удов – 1,46,00

Отлично – 10 баллов

Хорошо – 7 баллов

Удов – 3 балла

Тема 4.3 Студенты готовятся к письменной работе по заранее сформулированным вопросам темы: «Старты, повороты, финиш». *Коллоквиум* организован в виде письменной работы по заранее сформулированным вопросам темы. В ходе проверки письменной работы выясняется объем знаний обучающегося по теме, после ее изучения. Оценка в баллах макс. – 10

Вопросы к коллоквиуму:

- 1.Старт при плавании кролем на груди
- 2.Старт при плавании кролем на спине
- 3.Старт при плавании брассом
- 4.Финиш при плавании кролем на груди
- 5.Финиш при плавании кролем на спине
- 6.Финиш при плавании брассом
- 7.Поворот при плавании кролем на груди
- 8.Поворот при плавании кролем на спине
- 9.Поворот при плавании брассом

Тема 4.4 Студентам необходимо выполнить два контрольных упражнения:

- ныряние в длину (15 метров), студент должен проплыть всю дистанцию под водой в горизонтальном положении и закончить дистанцию на той же дорожке, по которой он стартовал;

- ныряние в глубину (4 метра), студент должен достать со дна бассейна ласту.

Оценивается норматив (1+1) исходя из 10 баллов.

Тема 4.5 Студенты, после самостоятельной подготовки, должны подготовить план-конспект и провести фрагмент урока по теме: «Методика обучения спортивным видам плавания». Конкретизация темы проходит с учетом пожеланий студента. В методике должны быть представлены специальные упражнения на суше, упражнения для изучения техники спортивного плавания и совершенствования в ней.

Ролевое задание 1 - проведение фрагмента урока по теме: «Методика обучения спортивным видам плавания».

Для подготовки к ролевому заданию, следует ориентироваться на показатели для проведения педагогического анализа урока.

1. Речевая готовность. Ясность и краткость речевого общения, своевременность, правильность и четкость используемых команд, использование распоряжений и указаний, использование интонаций голоса, необходимая образность речи, доходчивость формулировок требований и т.д.

2. Двигательная готовность. Использование показа движений, техническая готовность к выполнению показываемых движений, умение страховать занимающихся.

3. Организационные аспекты урока. Заблаговременная подготовка инвентаря, порядок его распределения и сбора, установка и уборка снарядов, обеспечения безопасности занятий, целесообразность выбранных методов и способов проведения заданий, размещения и перемещений занимающихся, наличие оригинальных подходов к организации занятия, использование дополнительных заданий, использование помощников из числа учеников, подготовка карточек-заданий, организация присутствующих на уроке освобожденных и др.

4. Учебная деятельность занимающихся. Решение поставленных перед уроком задач, качество обучения на уроке, примерная оценка общей и моторной плотности урока

Критерии оценки:

10 баллов - в процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся. Хорошо знает методологию обучения упражнениям, использует целесообразные способы организации обучения, исправляет ошибки, использует дополнительные задания. Правильно выбирает свое расположение и контролирует процесс, подводит итоги урока.

7 баллов - в процессе занятия студент управляет действиями занимающихся. Знает методологию обучения упражнениям, использует разные способы организации обучения, исправляет ошибки, но не использует дополнительные задания. Иногда неудачно выбирает свое расположение и не контролирует процесс, подводит итоги урока.

3 баллов - в процессе занятия студент неуверенно управляет действиями занимающихся. Знает методологию обучения упражнениям, но плохо использует разные способы организации обучения, мало исправляет ошибки, не использует дополнительные задания. Допускает ошибки в своем расположении. Подводит итоги занятия формально.

План-конспект является одним из средств текущего контроля.

Критерии оценки:

10 баллов - форма фрагмента конспекта соответствует установленной, и перед уроком представлены все типы общих задач. Допущены мелкие ошибки в формулировке частных задач, а также мелкие ошибки в терминологии упражнений. Раскрыта методика обучения.

7 баллов - форма фрагмента конспекта соответствует установленной, но перед уроком представлены только общие образовательные задачи. Допущены незначительные ошибки в формулировке частных задач, а также незначительные ошибки в терминологии упражнений. Раскрыта методика обучения.

5 баллов – форма фрагмента конспекта соответствует установленной, но не указаны общие задачи урока. Допущены грубые ошибки в формулировке частных задач, незначительные ошибки в терминологии упражнений, ошибки в методике обучения.

3 балла - фрагмент конспекта написан в произвольной форме, не указаны общие задачи урока. Допущены грубые ошибки в формулировке частных задач, значительные ошибки в терминологии упражнений. Методика обучения не раскрыта.

Тема 4.6 Студенты, после самостоятельной подготовки, должны подготовить план - конспект по теме: «Обучение играм для освоения с водой» и/или «Обучение играм для изучения спортивных способов плавания» и подготовиться к коллоквиуму на тему: «Техника спасания и транспортировки тонущего»

Коллоквиум организован в виде письменной работы по заранее сформулированным вопросам темы. В ходе проверки письменной работы выясняется объем знаний обучающегося по теме, после ее изучения. Оценка в баллах макс. – 10

Вопросы к коллоквиуму:

1. Подплывание к тонущему
2. Захват и транспортировка утопающего
3. Способы освобождения от захватов тонущего.
4. Способы транспортировки пострадавшего в воде.
5. Оказание первой доврачебной помощи.
6. Приемы оказания помощи утопающему после извлечения его из воды

УЭМ -5 «Лыжный спорт»

Тема 5.1 Подобрать материал и подготовить *презентацию* по теме: «Виды лыжного спорта, их характеристика». Студентам предлагается самостоятельно освоить одну из тем, и выступить перед студенческой аудиторией с результатами работы. Проанализировать и дать краткое описание современного состояния видов спорта по результатам выступлений спортсменов страны на первенствах мира и последних ОИ, современное состояние видов спорта: лыжные гонки, биатлон, горнолыжный спорт, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, фристайл, сноубординг.

Критерии оценки:

- соответствие содержания доклада теме;
 - информативность;
 - логичное изложение содержания;
 - речевая культура
- 18-20 баллов - полное соответствие критериям
15-17 баллов - частичное несоответствие критериям
11-14 балла - частичное соответствие

Тема 5.2 *Ролевое задание-1* - Проведение фрагмента урока (по заданию преподавателя).

- проведение подготовительной части урока
- проведение основной части урока
- проведение заключительной части урока

Оценка качества проведения фрагмента урока.

20 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику, образцово показывает ее, исправляет ошибки занимающихся.

10 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику, образцово показывает ее, допускает незначительные ошибки, не у всех занимающихся исправляет ошибки.

3 балла - Организация занятия на низком уровне. Студент допускает незначительные ошибки в командах и технике, допускает незначительные ошибки в показе, в терминологии упражнений, не исправляет ошибки.

План-конспект урока по лыжной подготовке в школе. Критерии оценки:

10 баллов - форма конспекта соответствует установленной, и перед уроком представлены все типы общих задач. Допущены мелкие ошибки в формулировке частных задач, а также мелкие ошибки в терминологии упражнений. Количество и форма соответствуют установленным требованиям. Раскрыта методика обучения.

7 баллов - форма конспекта соответствует установленной, но перед уроком представлены только общие образовательные задачи. Допущены незначительные ошибки в формулировке частных задач, а также незначительные ошибки в терминологии упражнений. Количество и форма соответствуют установленным требованиям. Раскрыта методика обучения.

5 баллов – форма конспекта соответствует установленной, но не указаны общие задачи урока. Допущены грубые ошибки в формулировке частных задач, незначительные ошибки в терминологии упражнений, их количество недостаточно, ошибки в методике обучения.

3 балла - конспекта написан в произвольной форме, не указаны общие задачи урока. Допущены грубые ошибки в формулировке частных задач, значительные ошибки в терминологии упражнений, их количество недостаточно. Методика обучения не раскрыта.

Тема 5.3

Контрольные нормативы по технике способов передвижения на лыжах. Необходимо выполнить 6 контрольных нормативов с уверенным выполнением на средней скорости.

Техника выполнения классических лыжных ходов.

- попеременный 2-х шажный, попеременный 4-х шажный
- одновременный бесшажный, одновременный одношажный (2 варианта), одновременный 2-х шажный

Выполнение подъемов (ступающий шаг, лесенка, елочкой), спусков (в низкой, средней, высокой стойках), поворотов и торможений (плугом, полуплугом).

Критерии оценок:

- 10 баллов - элемент выполнен полностью, в установленной последовательности, ошибки в технике отсутствуют;
- 6 баллов - элемент выполнен полностью, но с незначительными ошибками в технике;
- 3 балла – элемент выполнен полностью, с двумя значительными ошибками в технике;
- 0 баллов – элемент не выполнен.

Тема 5.4

Ролевое задание-2 - Участие в организации и проведении соревнований по лыжным гонкам. Необходимо сдать для зачета: положение о соревновании, и написать отчет о проведенном соревновании. Критерии оценки см. в теме 3.2

УЭМ - 6 «Бадминтон»

Тема 6.1 Терминологический диктант: Работа с понятийным аппаратом (составить словарь терминов). Контроль проводится по 10 терминам: (корт, ракетка и волан, подача (высоко-далекая, плоская, высоко-атакующая, короткая), удары (высоко-далекие, плоские, укороченные), удар в противоход, фронтальные и нефронтальные удары, проводка волана, атака, защита и контратака. Тактика смешанных пар (микст)).

Критерии оценки: точно определяет понятие; выделяет необходимые и достаточные признаки и понятия. Если студент правильно определил:

- 8-10 терминов – 10 баллов;
- если 6-7 - 8 баллов;
- если 4-5 – 5 баллов;

- если 1-3 - 2 балла

Доклад. Студентам предлагается самостоятельно освоить одну из 5 тем доклада и выступить перед студенческой аудиторией с результатами своей работы. Тема доклада определяется по усмотрению преподавателя. Темы докладов:

- Тренажеры в бадминтоне
- Разновидности бадминтона
- Профессиональные травмы в бадминтоне
- Специальная и физическая подготовка в бадминтоне
- Парный бадминтон

Критерии оценки:

- соответствие содержания доклада теме;
- информативность;
- логичное изложение содержания;
- речевая культура

Контрольные нормативы (на результат):

1. Удары открытой стороной ракетки в парах через сетку (максимальное кол-во – 12)
2. Удары закрытой стороной ракетки в парах через сетку (максимальное кол-во – 12)
3. Поддачи короткие (в зону из 5 попыток) (максимальное кол-во – 5)
4. Поддачи высокие (в зону из 5 попыток) (максимальное кол-во – 5)

Тема 6.2 Методика разучивания технических и тактических элементов

На практических занятиях студенты изучают и совершенствуют технику игры в бадминтон, знакомятся с методикой обучения, методикой развития физических качеств, овладевают навыками и умениями проведения занятий по бадминтону.

Для проведения фрагмента урока требуется подготовить и представить план-конспект.

Ролевое задание 1 - Проведение фрагмента урока (по заданию преподавателя).

- проведение подготовительной части урока
- проведение основной части урока
- проведение заключительной части урока

Оценка качества проведения фрагмента урока.

10 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику, образцово показывает ее, исправляет ошибки занимающихся.

7 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику, образцово показывает ее, допускает незначительные ошибки, не у всех занимающихся исправляет ошибки.

3 балла - Организация занятия на низком уровне. Студент допускает незначительные ошибки в командах и технике, допускает незначительные ошибки в показе, в терминологии упражнений, не исправляет ошибки.

Тестовый контроль содержит 10 вопросов, на каждый 3 варианта ответов, один из которых правильный.

Критерии оценки: Сумма правильных ответов соответствует количеству баллов

9-10

7-8

5-6

менее 5

Тема 6.3 Организация и судейство соревнований по бадминтону. *Ролевое задание 2* - участие в учебных соревнованиях по бадминтону. Судейство учебных соревнований. Необходимо сдать для зачета: положение о соревновании, турнирная таблица, итоговая таблица и написать отчет о проведенном соревновании.

Тестовый контроль содержит 10 вопросов, на каждый 3 варианта ответов, один из которых правильный.

Критерии оценки: Сумма правильных ответов соответствует количеству баллов

9-10

7-8

5-6

менее 5

Приложение А.2. Примерные вопросы для подготовки к экзамену

УЭМ 3 – Аэробика

1. Характеристика и основные направления аэробики. История развития.
2. Воздействие аэробных упражнений на отдельные системы и органы человека.
3. Особенности техники выполнения базовых шагов в аэробике. Запрещенные упражнения.
4. Терминологическая запись в аэробике.
5. Терминология, указания и команды, используемые в аэробике.
6. Общая характеристика методов создания хореографических комбинаций в аэробике.
7. Методика составления и разучивания комбинаций базовой аэробики.
8. Требования к музыкальному сопровождению в аэробике (темп, музыкальный размер, музыкальный квадрат).
9. Структура и содержание занятий базовой аэробики.
10. Варианты построения уроков разной целевой направленности в аэробике.

УЭМ 4 – Плавание

1. Плавание в системе физического воспитания школьников.
2. Техника и методика обучения плаванию кролем на груди.
3. Техника и методика обучения плаванию кролем на спине.
4. Техника и методика обучения плаванию брассом.
5. Техника выполнения поворота «маятником» в плавании.
6. Методика обучения технике старта из воды.
7. Методика обучения старту с тумбочки в плавании.
8. Структура и содержание урока по плаванию.
9. Классификация игр на воде. Игры и развлечения для детей младшего школьного возраста.
10. Техника безопасности при занятиях плаванием. Оказание первой помощи.

УЭМ 5 – Лыжный спорт

1. История возникновения, развитие и первоначальное применение лыж.
2. Инвентарь и снаряжение по лыжной подготовке, одежда лыжника. Лыжные мази.
3. Классификация способов передвижения на лыжах.
4. Подготовка мест занятий и организация обучения в лыжном спорте. Профилактика травматизма.
5. Техника попеременных и одновременных ходов в лыжном спорте.
6. Методика обучения лыжным ходам.
7. Подъемы, спуски, повороты, торможения в лыжном спорте.
8. Лыжная подготовка в школьной программе. Организация уроков по лыжной

подготовке.

9. Развитие физических качеств на уроках лыжной подготовки.

10. Планирование учебной работы по лыжной подготовке. Уроки лыжной подготовки в школе.

УЭМ 6 – Бадминтон

1. Происхождение бадминтона. Развитие мирового бадминтона. Бадминтон в России.
2. Разновидности бадминтона
3. Оборудование и снаряжение бадминтониста
4. Техника игры
5. Тактика игры
6. Правила игры
7. Организация соревнований по бадминтону. Способы проведения соревнований
8. Бадминтон в учебных заведениях
9. Основные физические качества, необходимые в бадминтоне
10. Игры с ракеткой – подготовительные упражнения для игры в бадминтон. Игры в бадминтон с группой – варианты разных игр.

Итоговая аттестация - экзамен

Экзаменационный билет состоит из 3 вопросов:

1 вопрос по УЭМ – 3 или УЭМ -4

2 вопрос по УЭМ -5 или УЭМ-6

3 вопрос – практической направленности по учебным элементам модуля

Пример экзаменационного билета

Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого
Кафедра Теории и методики физического воспитания

Экзаменационный билет № 1

Учебный модуль Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников
Для направления 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура»

1. Характеристика и основные направления аэробики. История развития.
2. Планирование учебной работы по лыжной подготовке. Уроки лыжной подготовки в школе.
3. Продемонстрируйте навыки подачи команд при проведении занятий по аэробике.

Принято на заседании кафедры _____ 2017 г.

Протокол № _____ Заведующий кафедрой _____ (ФИО)

Заочная форма обучения

Таблица 8

Учебная работа (УР)	Всего	Семестр		Коды формируемых компетенций
		5	6	
Полная трудоёмкость модуля в зачётных единицах	15 ЗЕ	9 ЗЕ	6 ЗЕ	
Распределение трудоёмкости по видам УР в академических часах (АЧ):	56	32	24	
		3	4	ПК-1
– лекционные занятия		29	20	СК-1
– практические занятия		292	192	СК-4
– внеаудиторная СРС				
Аттестация:		9 ЭКЗ	ДЗ	

Примеры заданий для заочного обучения
Учебный элемент модуля «Виды единоборств»

Контрольная работа должна быть оформлена на листах формата А-4, шрифтом 14, 1,5 интервал, объем до 8 страниц. Титульный лист оформляется в соответствии с образцом. В конце работы указывается использованная литература.

Вариант 1.

1. История возникновения единоборств (бокс).

- история возникновения, олимпийские чемпионы и известные спортсмены России;

2. Квалификация спортсменов по спортивным результатам в спортивных единоборствах.

- требования единой квалификационной системы в единоборствах;

- требования к присвоению спортивного разряда.

3. Организация и методика проведения занятий по борьбе.

- составить план круговой тренировки направленной на развитие специальных физических качеств в единоборствах.

Вариант 2.

1. Этапы организационной работы по подготовке к соревнованиям различного масштаба в спортивных единоборствах.

- состав судейской коллегии, оргкомитета, должностные обязанности;

- основные требования к оформлению положений на соревнования;

- программа соревнований;

- особенности подготовки мест проведения соревнований.

2. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях.

- основные причины возникновения травм;

- меры предупреждения травматизма;

- правила оказания первой медицинской помощи.

3. Организация и методика проведения занятий по борьбе.

- составить комплекс, направленный на воспитание силы и скоростно-силовых способностей для всех видов единоборств.

Учебный элемент модуля «Фитбол-гимнастика»

Для получения аттестации по учебному элементу модуля необходимо подготовить *План-конспект* фрагмента урока с использованием фитболов.

Критерии оценки:

10 б.- форма конспекта соответствует установленной. Допущены мелкие ошибки в терминологии упражнений.

7 б. - форма конспекта соответствует установленной. Допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

3 б. – конспект написан в произвольной форме, допущены незначительные ошибки в терминологии упражнений.

Ролевое задание - проведение фрагментов урока с использованием фитболов по заданию преподавателя.

Оценка качества проведения фрагмента урока.

20 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику упражнений, образцово показывает их, соблюдает оптимальную последовательность упражнений в комбинации, грамотно ведет счет, использует подсказывающий подсчет, исправляет ошибки занимающихся.

10 баллов - В процессе занятия студент четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, управляет голосовыми интонациями, знает технику упражнений, образцово показывает их, допускает ошибки в последовательности упражнений в комбинации, грамотно ведет, подсказывающий подсчет не использует, не исправляет ошибки занимающихся.

3 балла - Организация занятия на низком уровне. Студент допускает ошибки в командах, технике и терминологии упражнений, допускает незначительные ошибки в показе, не исправляет ошибки.

Учебный элемент модуля «Плавание»

Для получения аттестации по учебному модулю необходимо подготовить презентацию по заданной теме и выполнить контрольную работу, которая состоит: написание реферата и составление плана-конспекта по заданной теме. Студенты вправе сами выбрать контрольную работу из предложенных.

Темы для презентации:

1. Организация физкультурно-спортивных мероприятий
2. Организация и проведение праздника на воде: в общеобразовательной школе
3. Массовое обучение плаванию. Проблемы массового обучения
4. Техника безопасности для проведения занятий на воде
5. Методика начального обучения плаванию детей, страдающих водобоязнью
6. Причины несчастных случаев на воде. Перспективы решения этой проблемы
7. Правила оказания помощи потерпевшему. Искусственное дыхание, его виды

Реферат должен быть структурирован (по главам, разделам, параграфам). Его следует составлять из 4 частей: введение, основной части, заключения и списка литературы. В зависимости от темы реферата к нему могут быть оформлены приложения, содержащие документы, иллюстрации, таблицы, схемы и т.д.

Поиск источников – второй этап работы над рефератом. К ним относятся: научные исследования, методическая литература, статьи из научно-методических журналов, нормативные документы и пр.

Варианты контрольных работ

Вариант № 1

Реферат-Техника плавания. Эффективность техники. Экономичность техники

Составление плана-конспекта по теме «Методика обучения технике видов плавания»

Вариант № 2

Реферат- Спортивные способы плавания

Составление плана-конспекта по теме «Методика обучения упражнениям для освоения с

водой»

Вариант № 3

Реферат- Техника облегченных способов плавания

Составление плана-конспекта по теме «Методика обучения играм для освоения с водой»

Вариант № 4

Реферат- Оздоровительное значение плавания. Лечебное значение. Спортивное значение плавания.

Составление плана-конспекта по теме «Методика обучения плаванию кролем на груди»

Вариант № 5

Реферат- Задачи начального обучения плаванию. Основные группы упражнений начального этапа обучения.

Составление плана-конспекта по теме «Игры, подводящие к освоению спортивных способов плавания»

Вариант № 6

Реферат -Массовое обучение плаванию. Проблемы массового обучения

Составление плана-конспекта по теме «Игры, подводящие к освоению прикладных способов плавания»

Вариант № 7

Реферат- Влияние занятий плаванием на организм человека

Составление плана-конспекта по теме «Методика обучения плаванию брассом».

Учебный элемент модуля «Лыжный спорт»

ТЕОРИЯ

1. Составить *презентацию* по заданной теме. Защита презентации состоится на зачетном занятии (выставляется оценка).

Темы презентаций:

- ◆ Появление и первоначальное использование лыж
- ◆ Экипировка лыжника, характеристика и подготовка инвентаря для занятий лыжным спортом

- ◆ Хронология истории развития лыжного спорта за рубежом
- ◆ Хронология истории развития лыжного спорта в России
- ◆ Зимние Олимпийские игры по лыжному спорту и их характеристика
- ◆ Соревнования - составная часть учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании).

- ◆ Состав судейской коллегии, необходимый для проведения соревнований по лыжным гонкам. Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам. Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам.

- ◆ Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише. Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований.

- ◆ Права и обязанности участника соревнований по лыжным гонкам.

- ◆ Классификация видов лыжного спорта»: (характеристика, историческая справка, развитие в стране и в мире, используя фото, картинки, диаграммы): Лыжные гонки. Прыжки на лыжах с трамплина Биатлон Горнолыжный слалом Фристайл (балет, акробатика, могул) Лыжное двоеборье

- ◆ Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Особенности организации и проведения занятий. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график

учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока. Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы. Урок как основная форма организации занятий: части урока и основные задачи. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся.

2. Написать *реферат* по заданной теме (темы заданы преподавателем). Реферат оценивается преподавателем (оценка). Тему реферата выбирает сам студент.

- Анализ развития лыжного спорта в нашей стране в прошедшем Олимпийском цикле
- Анализ развития лыжного спорта за рубежом в прошедшем Олимпийском цикле
- Анализ развития лыжного спорта в Новгородской области
- Состояние лыжного спорта на современном этапе

3. Ознакомится с техникой и методикой обучения передвижения на лыжах классическими ходами.

ПРАКТИКА

Ролевое задание - ознакомление с техникой классических лыжных ходов (попеременные - двухшажный, четырехшажный; одновременные – бесшажный, одношажный, двухшажный). Выставляется оценка за каждый ход, выполненный на учебном занятии..

На практических занятиях - совершенствование лыжных классических ходов, если они по уважительной причине (отсутствие снежного покрова и т.д.) будут отменены, то вопрос № 3 – теоретический зачет.

Критерии оценки представлены в Приложении А и ФОС РП Виды ФСДШ.

Учебный элемент модуля «Бадминтон»

Типовое контрольное задание – *реферат*. Оформить реферат по заданной теме (выставляется оценка). *Примерные темы:*

- Тренажеры в бадминтоне
- Разновидности бадминтона
- Профессиональные травмы в бадминтоне
- Техника игры
- Тактика игры
- Парный бадминтон
- Правила игры
- Оборудование и снаряжение бадминтониста
- Специальная и физическая подготовка в бадминтоне
- Судейство соревнований
- Происхождение бадминтона. Развитие мирового бадминтона. Бадминтон в нашей стране.
- Организация и проведение соревнований по бадминтону. Способы проведения соревнований
- Бадминтон в учебных заведениях
- Основные физические качества, необходимые в бадминтоне
- Играем с ракеткой – подготовительные упражнения для игры в бадминтон. Играем в бадминтон с группой – варианты разных игр.

Методические указания по выполнению рефератов по УЭМ «Лыжный спорт» и «Бадминтон»

Рефераты в системе физкультурно-педагогического образования являются одной из

форм проверки знаний студентов. Перед написанием реферата, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения.

На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению содержания реферата, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки, например (1, С.53).

Реферат должен быть соответствующе оформлен, составлять не более 8-10 страниц рукописного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

Структура реферата:

2. *титульный лист* – без нумерации;
3. *план*;
4. *введение* – с краткой аннотацией выполненной работы;
5. *анализ изучаемой темы* по рекомендуемому перечню содержания рефератов с заключением по обзору литературных источников;
6. *выводы* – по существу выполненной работы;
7. *библиография* – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) - 5-7 источников.

Критерии оценки:

- правильно сформулированы цели и задачи;
 - достаточно полно подобрана и проанализирована изучаемая литература;
 - сделаны аргументированные выводы, вытекающие из содержания работы;
 - правильно составлен план, охватывающие основные вопросы тем;
 - грамотно использованы цитаты, точно указаны источники;
 - изложение ведется по плану;
 - работа написана литературным языком, грамотно оформлена.
- Оценка снижается, если в реферате имеются следующие существенные недостатки:
- отсутствует ясная постановка конкретных целей и задач;
 - недостаточно полно подобран материал или пересказано содержание учебника, лекции;
 - недостаточно систематизирована, проанализирована и обобщена основная литература;
 - отсутствуют выводы или они не соответствуют целям и задачам работы;
 - изложение не соответствует плану;
 - слабо аргументировано применение цитат или работа перегружена ими

На каждом практическом занятии преподаватель отмечает активное участие студента при выполнении учебных заданий, отмечается правильность выполнения технико-тактического действия.

Технологическая карта
УМ «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников»
семестр 5, ЗЕТ 6, вид аттестации – ДЗ, акад. часов – 216, баллов рейтинга – 300

Таблица 10

Виды учебной работы	№ недели сем.	Трудоемкость, ак. час				Форма текущего контроля успеваемости (в соотв. с паспортом ФОС)	Максим. кол-во баллов рейтинга
		Аудиторные занятия			СРС		
		ЛК	ПЗ	АСРС			
УЭМ – 1 Виды единоборств	1-18	6	104	18	108		150
1.1 Характеристика и методические особенности бокса. Техника основных передвижений в боксе.	1-2	1	5	2	9	Доклад Учеб. комбин. 1	10 10
1.2 Техника основных ударов в боксе. Методика обучения.	3-7		15	1	9	Учеб. комбин. 2 План-конспект	20 10
1.3 Тактика ведения поединка. Организация и проведение соревнований по боксу.	8-9	1	5	2	9	Учеб. комбин. 3	15
Учет посещения занятий							10
							75
1.4 Характеристика и методические особенности борьбы. Техника борьбы.	10-12	1	8	1	9	Доклад Учеб. комбин. 4	10 10
1.5 Борьба в партере. Борьба в стойке. Методика обучения.	13-16		12	2	9	Учеб. комбин. 5 План-конспект	20 10
1.6 Тактика ведения поединка. Организация и проведение соревнований по борьбе.	17-18	1	6	1	9	Учеб. комбин. 6	15
Учет посещения занятий							10
Итого по учебному элементу модуля 1		– «удовл.» – 75-104 баллов. – «хорошо» – 105-134 баллов. – «отлично» – 135-150 баллов.					
УЭМ – 2 Фитбол-гимнастика							150
Тема 2.1 Характеристика и методические особенности фитбол-гимнастики.	1-2	1	5	1	9	Презентация	20
Тема 2.2 Основные движения в фитбол-гимнастике.	3-9		21	4	15	План-конспект-1	10

						Учеб.комбин.-1 Ролев. задание1	20 15
Учет посещения занятий							10
							75
Тема 2.3 Методика составления комплексов упражнений.	10-14		15	3	20	План-конспект-2 Учеб.комбин.-2 Ролев. задание2	10 20 15
Тема 2.4 Структура и содержание занятий	15-18	1	12	1	10	План-конспект-3 Ролев. задание3	10 20
Итого по учебному элементу модуля 2			– «удовл.» – 75-104 баллов. – «хорошо» – 105-134 баллов. – «отлично» – 135-150 баллов.				
Итого по учебному модулю							300

Технологическая карта

УМ «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников»

для направления 44.03.01 – «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура»,
семестр 6, ЗЕТ 9, вид аттестации – экзамен, акад. часов – 324, баллов рейтинга – 450

Таблица 9

Виды учебной работы	№ недели сем.	Трудоемкость, ак. час				Форма текущего контроля успеваемости (в соотв. с паспортом ФОС)	Максим. кол-во баллов рейтинга
		Аудиторные занятия			СРС		
		ЛК	ПЗ	АСРС			
Всего		10	134	27	144		
УЭМ - 3 «Аэробика»	1-15	2	34	6	36	100	
3.1 Характеристика и основные направления аэробики	1	1					
3.2 Терминология в аэробике	2		2	0,5	6	Терм.диктант	10
3.3 Основные движения в аэробике. Техника движений. Запрещенные упражнения.	3-5		6	0,5	6	Учеб.комбин. План-конспект	10 10
3.4 Методика составления и разучивания комбинаций базовой	7-9		6	2	6	Ролев. задание1	10

аэробики.							
Учет посещения занятий							10
3.5 Музыкальное сопровождение в аэробике.	10	1	2	1	2		
3.6 Структура и содержание занятий базовой аэробики	10-11		6	1	4	План-конспект	10
3.7 Методика проведения отдельных фрагментов урока аэробики	12-13		6	0,5	6	Ролев. задание2	20
3.8 Организация фитнес-праздника в школе.	14-15		6	0,5	6	Творч. задание	10
Учет посещения занятий							10
Итого по учебному элементу модуля 3			– «удовл.» – 50-74 баллов. – «хорошо» – 75-89 баллов. – «отлично» – 90-100 баллов.				
УЭМ – 4 «Плавание»	1-15	2	34	6	36		100
4.1 Плавание в системе физического воспитания	1	1	1				
4.2 Способы спортивного плавания. Техника спортивного плавания	2-7		12	3	6	Контрольный норматив-1	10
						Контрольный норматив-2	10
						Контрольный норматив-3	10
4.3 Старты, повороты и финиши при разных способах плавания	8-9		4		8	Коллоквиум	10
Учет посещения занятий							10
4.4 Техника прикладных способов плавания	10		3	2	6	Контрольный норматив-4	10
4.5 Методика обучения технике плавания	11-13	1	8		8	Ролевое задание	10
						План-конспект	10
4.6 Игры и развлечения на воде. Правила и приемы спасения утопающих	14-15		6	1	8	Коллоквиум	10
						План-конспект	10
Итого по учебному элементу модуля 4			– «удовл.» – 50-74 баллов. – «хорошо» – 75-89 баллов. – «отлично» – 90-100 баллов.				
УЭМ – 5 «Лыжный спорт»	1-15	4	32	9	36		100
5.1 История лыжного спорта	1-2	2	2	2	8	Презентация	20

5.2 Основы техники обучения классическим способам передвижения на лыжах	3-9	1	13	2	7	Ролев. задание 1 План-конспект	20 10
5.3 Методика обучения классическим способам передвижения на лыжах	10-13	1	11	3	14	Контр норматив План-конспект	6x5=30 10
5.4 Организация соревнований по лыжным гонкам.	14-15		6	2	7	Ролев. задание 2	10
Итого по учебному элементу модуля 5						– «удовл.» – 50-74 баллов. – «хорошо» – 75-89 баллов. – «отлично» – 90-100 баллов.	
УЭМ – 6 «Бадминтон»	1-15	2	34	6	36		100
Тема 6.1 Техника и тактика игры бадминтон	1-9	1	17	2	12	Терм. диктант Доклад Контр норматив План-конспект	10 10 (4x5)= 20 10
Тема 6.2 Методика обучения	10-13	1	11	2	12	Ролев. задание 1 Тестов. контроль	10 10
Тема 6.3 Правила соревнований	14-15		6	2	12	Ролев. задание 2 Тестов. контроль	10 10
Учет посещения занятий							10
Итого по учебному элементу модуля 6						– «удовл.» – 50-74 баллов. – «хорошо» – 75-89 баллов. – «отлично» – 90-100 баллов.	
Экзамен						– «удовл.» - 25-34 балла. – «хорошо» 35-44 балла. – «отлично» 45-50 баллов.	50
Итого по учебному модулю						– «удовл.» – 225-314 баллов. – «хорошо» – 315-404 баллов. – «отлично» – 405-450 баллов.	450

Карта учебно-методического обеспечения

Модуля «Виды физкультурно-спортивной деятельности школьников» для направления подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование профиль «Физическая культура».

Формы обучения: очная, заочная

Курс 3 Семестр 5,6

Всего часов (15 з. е.) – 540, лекций - 16, практических занятий -238, СРС ауд. - 45, СРС и виды индивидуальной работы -286.

Обеспечивающая кафедра: кафедра теории и методики физического воспитания

Таблица 1- Обеспечение модуля учебными изданиями

Библиографическое описание* издания (автор, наименование, вид, место и год издания, кол. стр.)	Кол. экз. в библ. НовГУ	Наличие в ЭБС
Учебники и учебные пособия		
1.Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. проф.образования, обучающихся по направлению «Пед. образование» / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. – 478 с.	11	
2. Бутин И. М. Лыжный спорт: учеб. пособие для студентов пед. вузов по спец. 033100 - физ. культура. - М.: Академия, 2000. - 367с	4 (25)	
3 Викулов А.Д. Плавание: учеб. пособие для вузов. - М.: Владос-Пресс, 2004. - 367с.	2 (11)	
Учебно-методические издания		
1. Чистякова Е.Г., Егорова Е.А. Базовая аэробика: теория и методика [Текст]: учебно-методическое пособие / Сост. Е.Г. Чистякова, Е.А. Егорова; НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2009.-36 с.	10	
2. Основы гимнастической терминологии: методическое пособие/Сост. Е.Г. Чистякова/ НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород.- 2011.- 40с.	10	http://mars.novsu.ac.ru/MarcWeb/Exec/OPACServlet.exe?Mode=N

Таблица 2 – Информационное обеспечение модуля

Название программного продукта, интернет-ресурса	Электронный адрес	Примечание
1. Спортивная электронная библиотека «Спортивное чтение»	http://sportfiction.ru/	

Таблица 3 – Дополнительная литература

Библиографическое описание* издания (автор, наименование, вид, место и год издания, кол. стр.)	Кол. экз. в библ. НовГУ	Наличие в ЭБС
---------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	------------------

1 Антонова О. Н. Лыжная подготовка: Методика преподавания : учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 1999. - 207с.	2 (25)	
2 Барчуков И. С. Физическая культура: методики практического обучения: учеб. для вузов / И. С. Барчуков. - М.: Кнорус, 2014-2017. - 297 с.	6	
3 Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учеб. для вузов / Под ред.:Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004-2008. - 396,[1]с.	1 (7)	
4 Бергер Г. И. Конспекты уроков для учителя физкультуры, 5-9 класс: урок физкультуры: спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. - М.: Владос, 2003. - 142,[2]с.	2 (13)	

Действительно для учебного года 2017-2018
Зав. кафедрой Чистякова Е.Г. Чистякова

СОГЛАСОВАНО

Согласовано с НБ НовГУ

Зав. отделом Корсаева

