Екатеринбургский колледж физической культуры
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (БАДМИНТОН)»

для специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Екатеринбург 2020

СОДЕРЖАНИЕ

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ……..3

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ…….4

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ ……...…6

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ…….9

1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Вид учебной работы	Объем часов	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48	-
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)		
в том числе:		
Практические занятия	24	-
Контрольные работы		-
Лекции		-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24	-
в том числе:		
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) *(если предусмотрено)*		
Систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы по изучаемой теме; рефераты; работа с нормативной и справочной литературой. Составление конспектов		
Итоговая аттестация		

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

2.1.Методические указания для преподавателей

Преподавание учебной дисциплины осуществляется в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования, с учетом компетентностного подхода к обучению студентов.

Способы и средства обеспечения освоения дисциплины.

При изучении дисциплины рекомендуется использовать следующий набор средств и способов обучения:

– рекомендуемая основная и дополнительная литература; – задания на семинарские и практические занятия (обсуждаемые вопросы, кейс задания, расчетные задачи и др.);

– задания для текущего контроля успеваемости (домашние задания студентам, тестовые задания в рамках электронной системы тестирования);

– вопросы для подготовки к промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины;

– задания к промежуточной аттестации, по итогам освоения дисциплины позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Рекомендации по подготовке к проведению семинарских (практических) занятий

Семинарские (практические) занятия имеют важнейшее значение для усвоения программного материала. На каждом таком занятии обучающиеся решают практические задачи и демонстрируют результаты выполнения домашнего задания, выданного на предыдущем занятии. Для максимального усвоения дисциплины рекомендуется письменный опрос (тестирование, решение задач) студентов по материалам лекций и практических работ. Подборка вопросов для тестирования осуществляется на основе изученного теоретического материала. Такой подход позволяет повысить мотивацию студентов при конспектировании лекционного материала.

В качестве методики проведения семинарских или практические занятий целесообразно использовать обсуждение существующих точек зрения на проблематику, отраженную в соответствующих темах и вопросах занятий и пути ее решения, подготовку тематических докладов, позволяющих вырабатывать навыки публичных выступлений, а так же способность логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь.

Рекомендации по осуществлению контроля знаний обучаемых

Для развития самостоятельности студентов важно, чтобы они осознали необходимость систематической работы. Для этого рекомендуется разделить учебный процесс на ряд этапов контроля, на каждом из которых учитываются результаты текущей успеваемости студентов и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины. Это позволит в комплексе оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций в процессе освоения учебной дисциплины. Для соблюдения данного принципа в Университете действует балльно-рейтинговая система, которая включает: текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины.

На этапе текущего контроля успеваемости студентов предусмотрено:

1. Осуществление текущего рейтинга, подразумевающего оценку текущей учебной деятельности студента на протяжении семестра. При этом одной из форм содействия преподавателей развитию самостоятельности студентов является контроль их самостоятельной работы. Например, на практических занятиях преподаватель дает студентам задания для отработки их дома, затем проверяет своевременность и правильность их выполнения. Для проверки готовности студентов к семинарским и практическим занятиям используются различные проверочные задания.

2. Прохождение контрольных рубежей по итогам освоения каждого модуля дисциплины в строго установленные сроки студентами всех форм обучения.

3. Для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации преподавателем должен быть разработан Фонд оценочных средств (далее – ФОС). ФОС разрабатывается как отдельный документ и является приложением к Рабочей программе дисциплины. Этот раздел должен содержать задания, позволяющие осуществлять текущий контроль по итогам освоения каждого модуля и промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины. Текущий контроль теоретических знаний, прикладных навыков и уровня приобретенных компетенций осуществляется в виде решения студентами тестового оценочного задания (ТОЗ). Построение ТОЗ ориентировано на соответствие компетенциям.

Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ОВЗ

Содержание высшего образования по образовательным программам и условия организации обучения обучающихся с ОВЗ определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида. Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных при необходимости для обучения указанных обучающихся. Обучение по образовательным программам студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется Университетом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов - инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе, отражающегося в планах воспитательной работы в Университете, а так же при разработке индивидуальных планах обучения студентов.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ может осуществляться индивидуально, а также *с применением дистанционных технологий*.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения. В учебном процессе для студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Методические указания по реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

При реализации образовательных программ с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в УралГУФК созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся иметь практический опыт:

анализа и учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;

определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий;

применения приемов страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;

проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;

наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;

тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;

собственного спортивного совершенствования;

ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

использовать различные методы, приемы и формы организации учебно - тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;

подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;

использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;

применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;

устанавливать педагогические целесообразные взаимоотношения с занимающимися;

проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;

оценивать процесс тренировочной и соревновательной деятельности;

использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно - тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;

осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

знать:

историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;

основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;

теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;

сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;

теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно - тренировочных занятий в избранном виде спорта;

методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;

организационно - педагогические и психологические и основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;

теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;

систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;

способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;

методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;

виды документации, обеспечивающей учебно - тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;

разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;

технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта.

			48 (24/24)
	Практические занятия		24
	1.	Организация и проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях бадминтоном.	2
	2.	Подготовка и ремонт инвентаря для занятий бадминтоном.	2
	3.	Техника игры, ее характеристика. Техника нападения, техника защиты. Классификация технических приемов. Терминология. Особенности современной техники бадминтона, тенденции ее дальнейшего развития.	4
	4.	Последовательность и этапы обучения технике игры в бадминтон. Методика обучения отдельному техническому приему. Методика определения и исправления ошибок.	2
	5.	Классификация тактики, ее значение. Терминология. Тактика защиты: Взаимосвязь тактики нападения и защиты	2
	6.	Последовательность и методика обучения тактическим действиям в бадминтоне.	2
	7.	Техника стоек, перемещений в нападении. Техника стоек, перемещений в защите. Методика обучения технике стоек и перемещений игрока.	2
	8.	Атакующие удары справа, слева, снизу, сверху. Прием подачи. Передвижение. Методика обучения базовой технике.	2
	9.	Техника высокой подачи. Техника плоской подачи. Техника ударов. - высоко-далекий удар справа - сбоку; - высоко-далекий удар слева - сбоку; - техника косых ударов; - техника укороченных ударов. - удар над головой или «смеш». Методика обучения обменам атакующими ударами.	6

4.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа обучающихся: Выполнение имитационных упражнений (стойка бадминтониста, подачи, удары) в домашних условиях (перед зеркалом).

Самостоятельная работа обучающихся: Доклад «Развитие бадминтона на Среднем Урале».

Самостоятельная работа обучающихся: Доклад «Бадминтон как средство физического воспитания ».

Самостоятельная работа обучающихся: Доклад «Выступление советских и российских бадминтонистов на международных соревнованиях»

Самостоятельная работа обучающихся: Доклад «Проанализировать участие отечественных спортсменов в Универсиадах»

Самостоятельная работа обучающихся: Использование подвижных игр в процессе обучения бадминтону.

Самостоятельная работа обучающихся: Творческая работа. Нестандартный инвентарь и оборудование для массового обучения, тренировок и проведения соревнований (изготовление макетов).

Самостоятельная работа обучающихся: Правила соревнований. Жесты судей. Составление и выполнение тестовых заданий.

Самостоятельная работа обучающихся: Физическая подготовка бадминтониста. Составление комплексов упражнений для развития скоростно – силовых качеств, сложной двигательной реакции.

Примерный перечень вопросов к зачету
Вопросы к зачету по дисциплине

I. Бадминтон в Российской системе физвоспитания.
2. Структура управления бадминтоном в России.
3. История развития бадминтона.
4. Рождение спортивного бадминтона.
5. Этапы развития бадминтона.
6. Бадминтон в России.
7. Требования к месту занятий, костюму занимающегося, инвентарю.
8. Методы предупреждения травм.
9. Инвентарь, площадка для игры в бадминтон.
II. Инвентарь, оборудование для игры в бадминтон.
10. Судейская коллегия (состав, обязанности).
11. Правила игры (подача, счет, ошибки).
12. Судейство (порядок проведения встречи, терминология, жестикуляция).
13. Способы проведения турниров по бадминтону (жеребьевка, рассеивание сильнейших, составление расписания игр по турам, определение победителей).
14. Классификация ударов в бадминтоне.
15. Классификация ударов в теннисе.
16. Положение о соревнованиях.
17. Методика обучения хватке бадминтонной ракетки.
18. Методика обучения хватке ракетки в теннисе.
19. Методика обучения подачам (разновидности, требования к ним, техника выполнения).

20. Методика обучения ударам сверху.
21. Методика обучения ударам снизу.
22. Методика обучения ударам сбоку.
23. Методика обучения атакующим и защитным ударам.
24. Методика обучения стойкам бадминтониста.
25. Методика обучения стойкам и перемещениям в теннисе.
26. Методика обучения ударам Удары по волану перед собой.
27. Методика обучения ударам (сверху, снизу, быстрым, медленным ударам у сетки).
28. Методика обучения передвижениям по площадке.
29. Этапы процесса обучения.
30. Формы организации и способы проведения занятий по обучению технике приемам в бадминтоне.
31. Методика обучения тактике в одиночных играх
32. Методика обучения тактике в парных играх
33. Организация и проведение соревнований по бадминтону

Основная и дополнительная литература к теме:

Основные источники:

Дополнительные источники:

1. Физическое воспитание: [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие, Ч. 1 / сост.: Ю.А. Ларин, М.В. Зуева. - Таганрог: ТТИ ЮФУ, 2011. - 162 с.
http://ntb.tgn.sfedu.ru/UML/UML_4825_1.pdf
2. Физическое воспитание: [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие, Ч. 2 / сост.: Ю.А. Ларин, М.В. Зуева. - Таганрог: ТТИ ЮФУ, 2012. - 148 с. http://ntb.tgn.sfedu.ru/UML/UML_4825_2.pdf

Электронные ресурсы:

1. Бадминтон. Некоторые особенности ведения игры: [Электронный ресурс] метод.пособие / сост. Н.В. Кадетова. - Таганрог: ТТИ ЮФУ, 2011. – 27 с. http://ntb.tgn.sfedu.ru/UML/UML_4754.pdf

Примерные критерии оценивания знаний студентов на экзамене /диф.зачете

5 «отлично»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
4 «хорошо»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно»(зачтено)	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно» (не зачтено)	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.

\