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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки»
ПОДВИДЖНЫЕ ИГРЫ

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 ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ СЕМИНАРСКОГО ТИПА……6

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ…….14

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной работы	Объем часов	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
Максимальная учебная нагрузка (всего)	44	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32	
в том числе:		
Практические занятия	22	
Лекционные занятия	10	
Контрольные работы		
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	12	
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, фрагменты проведения урока 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.Студенты овладевают техникой гимнастических упражнений, терминологией, методами организации занятий по физическому воспитанию, способами применения гимнастических упражнений для коррекции, формирование правильной осанки, повышают свою физическую подготовленность, проводят общеразвивающие упражнения без предметов, с гимнастической палкой, с мячом, в парах, на гимнастической скамейке.

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 на практике провести фрагменты занятия.

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.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся иметь практический опыт:

- анализа планов и процесса проведения физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно - спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно - спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

***Уметь*:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно - спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола,

морфо - функциональных и индивидуально - психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

- комплектовать состав групп, секций, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно - спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно - спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно - спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа.

***Знать*:**

- требования к планированию и проведению физкультурно - спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно - спортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно - спортивной деятельности;
- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов физкультурно - спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;

- методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно - спортивной деятельности;

- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно - спортивной деятельности;

- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно - спортивной деятельности;

- виды физкультурно - спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно - спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;

- технику безопасности и требования к физкультурно - спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;

- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно - спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;

- виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению.

	Подвижные игры	
Тема 1. Введение. Основы теории игры.	**Содержание**	
	1.	Основные понятия о подвижных играх.
	2.	Социальная сущность игры. Возникновение игры.
	3.	Игра как средство физического воспитания. Развитие подвижных игр в России.
	4.	Педагогическое значение подвижных игр: гигиеническое и оздоровительное, образовательное и воспитательное.
	5.	Классификация подвижных игр.
	6.	Оборудование мест занятий подвижными играми. Особенности проведения занятий в различных условиях (в помещении, на открытых площадках, в разное время года с учетом погодных условий).
	7.	Инвентарь для проведения подвижных игр.
	8.	Причины возникновения травм при занятиях подвижными играми. Профилактика травматизма.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Практические занятия	
	1.	Проведение студентами инструктажа по технике безопасности на занятиях подвижными играми.
	2.	Выбор и подготовка мест для проведения подвижных игр.
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 2. Педагогическая характеристика подвижных игр и требования к их организации и проведению.	**Содержание**	
	1.	Характеристика игровой деятельности. Характеристика подвижных игр для детей младшего школьного возраста. Характеристика подвижных игр для подростков. Характеристика подвижных игр для юношей и девушек.
	2.	Методика применения подвижных игр. Основные задачи руководителя игры. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Подведение итогов игры.
	3.	Требования к рассказу и порядок объяснения игры.
	4.	Педагогический контроль за деятельностью и состоянием занимающихся в процессе подвижной игры.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Практические занятия	
	1.	Выбор игр в соответствии с задачами урока.

		Подготовка играющего коллектива. Способы разделения игроков на команды. Способы выбора водящего.
	2.	Оформление карточек-схем подвижных игр.
	3.	Анализ подвижной игры на основе классификации.
	Контрольные работы не предусмотрены	
Тема 3. Методика проведения подвижных игр с занимающимися различных возрастных групп.	**Содержание**	
	1.	Методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры.
	2.	Методика проведения подвижных игр во внеурочное время. Особенности проведения игр на переменах, в группах продленного дня, на физкультурно-спортивном празднике.
	3.	Подвижные игры во внешкольной работе с детьми. Особенности проведения игр в оздоровительном лагере. Игры на площадке. Игры на местности.
	4.	Соревнования по подвижным играм.
	5.	Подвижные игры в занятиях спортом. Развитие физических качеств посредством подвижных игр.
	6.	Использование подвижных игр для развития психических процессов, активизации внимания и регулирования эмоционального состояния.
	Лабораторные работы не предусмотрены	
	Практические занятия	
	1.	Разбор примерных планов-конспектов уроков физической культуры для разных классов с использованием подвижных игр.
	2.	Педагогическое наблюдение за игрой, группой, отдельными участниками. Ознакомление со схемой (протоколом) педагогического наблюдения.
	3.	Разбор примерного положения о соревнованиях по подвижным играм («Веселые старты»).
	4.	Заполнение протокола проведения соревнований по подвижной игре, итоговой таблицы соревнований «Веселые старты».
	5.	Подготовка и проведение подвижной игры (по заданию), обсуждение проведения игры в диалоге с сокурсниками и преподавателем.
	Контрольные работы не предусмотрены	

4.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов (СВРС) - 12 часов:

Самостоятельная работа обучающихся: Написание реферата по теме:

- «Отечественные ученые и педагоги об игре».
- «Русские народные игры в физическом воспитании школьников».

Самостоятельная работа обучающихся: Творческая работа. Нестандартный инвентарь и оборудование для проведения подвижных игр (изготовление макетов).

Самостоятельная работа обучающихся: Особенности содержания подвижных игр на перемене.

Самостоятельная работа обучающихся: Составить программу подвижных перемен на неделю.

Самостоятельная работа обучающихся: Разработка и оформление карточек (картотеки) подвижных игр.

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Перечислить основные признаки игровой деятельности, дать определение понятию «игра».
2. Назвать предмет, задачи и социальные функции игровой деятельности.
3. Охарактеризовать педагогические основы игры (оздоровительные, воспитательные, образовательные).
4. Характеристика подвижных игр, перечислить специфические признаки.
5. Целесообразность использования подвижных игр на уроках ФК. Отличие игр подвижных игр от спортивных.
6. Обосновать значение подвижных игр в области физического воспитания (характеристика метода и средства обучения).
7. Педагогическая классификация подвижных игр.
8. Перечислить этапы подготовки к проведению игры.
9. Перечислить последовательность объяснения игры и её отдельных компонентов.
10. В чем заключается руководство процессом игры.
11. Перечислить способы выделения водящих, разделения на команды и выбора капитанов. Обосновать на примере игр.
12. Рассказать возрастную классификацию подвижных игр.
13. Требования к подбору игр: дошкольный возраст.
14. Требования к подбору игр: младший школьный возраст.
15. Требования к подбору игр: средний школьный возраст.
16. Требования к подбору игр: подростковый возраст.
17. Требования к подбору игр: старший школьный возраст.
18. Перечислить педагогические требования к подбору игр на уроках физической культуры.
19. Дать характеристику методики проведения игры на уроках физической культуры. Перечислить этапы проведения.
20. Особенности методики проведения подвижных игр - эстафет.
21. Перечислить особенности методики проведения подвижных игр во внеурочных формах занятий: игры на переменах, в часы продленного дня, игры на прогулках, праздниках.
22. Дать определение эффективности подвижной игры. Как определяется интенсивность проведения игры.
23. Раскрыть особенности организации и проведения подвижных игр в летних оздоровительных лагерях.

24. Сформулировать принципы составления программы спортивного праздника «Веселые старты».

25. Использование подвижных игр для развития физических качеств.

Основная и дополнительная литература к теме:

Основные источники:

Дополнительные источники:

1. Волчок, И.П. Подвижные игры младших школьников / И. П. Волчок. - Минск : Полымя, 1988. - 72 с.

2. Глущенко, Л.И. Подвижные игры как средство физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие / Л. И. Глущенко. - М. : Физическая культура, 2006. - 184 с.

3. Глязер, С.В. Зимние игры и развлечения : сб. подвижных и спортивных игр и развлечений на лыжах, коньках и санях / С. В. Глязер. - М. : Физкультура и спорт, 1973. - 80 с.

4. Детские народные подвижные игры : книга для воспитателей детского сада и родителей / сост. А.В. Кенеман, Т. И. Осокина. - 2-е изд.,дораб. - М. : Просвещение : ВЛАДОС, 1995. - 223 с.

5. Детские подвижные игры / под ред. Е. В. Конеевой. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. - 251 с.

6. Жуков, М. Н. Подвижные игры : учебник для пед. вузов / М. Н. Жуков. - 2-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2004. - 160 с.

7. Жуков, М.Н. Подвижные игры : учебник для пед. вузов / М. Н. Жуков. -М. : Издательский центр «Академия», 2000. - 160 с.

8. Лепешкин, В.А. Подвижные игры для детей. Лапта : пособие для учителя физкультуры / В. А. Лепешкин. - М. : Школьная Пресса, 2004. - 77 с.

9. Львова, Л.Г. Подвижные игры в режиме дня учащейся молодежи / Л. Г. Львова. - Великие Луки : ВЛГИФК, 1993. - 79 с.

10.Методика проведения подвижных игр / Сост.: Н.В. Анушкевич, И.С. Николаев. - Барнаул: 2006. - 29 с.

11.Мишенькина, В.Ф. Подвижные игры : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина, О. С. Шалаев, Т.А. Колупаева, В. Ф. Кириченко. - Омск : СибГУФК, 2004. - 91 с.

12.Мишенькина, В.Ф. Подвижные игры во внеклассной работе общеобразовательной школы : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина, И. А. Рогов, А. А. Гераськин, О. С. Шалаев. - Омск : СибГУФК, 2003. - 108 с.

13.Мусакаев, М.Б. Подвижные игры на природе и в помещении : учеб. -метод. пособие / М. Б. Мусакаев. - Стерлитамак : УралГАФК (Уфимский филиал), 1998. - 28 с.

14.Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет : пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л. И. Пензулаева. - М. : ВЛАДОС, 2001. - 110 с.

15.Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л. И. Пензулаева. - М.: ВЛАДОС, 2000. - 110 с.

16.Шарманова, С.Б. «Морское царство» : применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста / С. Б. Шарманова. - Челябинск : УралГАФК, 1996. - 89 с.

Примерные критерии оценивания знаний студентов на экзамене /диф.зачете

5 «отлично»	-полно и глубоко раскрыто содержание материала в объёме программы; - чётко и правильно даны определения и понятия. Верно использованы научные термины. -теория связывается с практикой, решение практических задач обосновано; -ответ самостоятельный, грамотно, логично изложен, качественно оформлен.
4 «хорошо»	-раскрыто основное содержание материала; -в основном правильно даны определения понятий и терминов; - ответ самостоятельный; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя;
3 «удовлетворительно» (зачтено)	-усвоено основное содержание учебного материала, но изложено неполно, не всегда последовательно; -определения понятий недостаточно чёткие; -отсутствуют обоснования суждений, выводы; - допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определение понятий;
2 «неудовлетворительно» (не зачтено)	- основное содержание учебного материала не раскрыто; -не даны ответы на вспомогательные вопросы преподавателя; -допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии; -не решены практические задачи.