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

Кафедра теории и методики физической культуры

В.И. Пономарева

Методика физической культуры

Методические рекомендации

для студентов очной формы обучения

по специальностям

49.02.01 – физическая культура

Екатеринбург
2016

Рецензенты:

Допущено к изданию решением методического совета Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № от 2016

Пономарёва В.И. Методика физической культуры. Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов обучающихся по направлениям подготовки 49.02.01 «Физическая культура» - Екатеринбург: Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК», 2016. – 87 с.

© Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» 2016.
© Пономарёва В.И., 2016

СОДЕРЖАНИЕ

Введение …… ……3
Структура контрольной работы……..6
Темы контрольных работ……10
Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету……39
Контрольные тесты для самоконтроля……41
Задания для самостоятельной работы……66
Методические указания по составлению плана – конспекта урока ФК.....76
Приложения……..82

Введение

Уважаемый студент! Вы начинаете изучение междисциплинарного курса МДК 03.01 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

Программа профессионального модуля является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **49.02.01 Физическая культура** в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД):

«Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности» и соответствующих **профессиональных компетенций (ПК):**

1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно - тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно - спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
4. Оформлять методические разработки в видеоотчетов, рефератов, выступлений.
5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

Компетенция включает совокупность взаимосвязанных качеств личности: знаний, умений, навыков, способов деятельности, задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов и необходимых для качественной продуктивной деятельности по отношению к ним.

Компетенция – способность применять знания, умения, личностные качества и практический опыт для успешной деятельности в определенной

области. Компетенции осваиваются в процессе обучения и становятся принадлежностью личности после их освоения. Компетенция означает способность актуализировать знания, умения, опыт и отношения (ценности) как в знакомых, так и в незнакомых ситуациях трудовой деятельности (т.е. переносить знания и умения).

Компетентность - владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающее его личное отношение к ней и предмету деятельности. Компетентность – уже состоявшееся качество личности (совокупность качеств) студента и минимальный опыт деятельности в заданной форме.

Цели и задачи модуля – требования к результатам освоения модуля (МДК 03.01)

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт:

анализа учебно - методических материалов. Обеспечивающих учебно - тренировочный процесс и руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий и занятий;

опыт планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;

планирования физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий и занятий;

разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;

изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;

руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;

организации физкультурно - спортивной деятельности;.

отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;

оформления портфолио педагогических достижений.

Опытом становится то жизненное и профессиональное содержание, которое осмыслено и проработано человеком и стало частью его внутреннего мира. Профессиональным и управленческим опытом работник начинает обладать только тогда, когда он анализирует результаты своей деятельности, делает выводы, вырабатывает принципы, принимает решения и в дальнейшем действует в соответствии с ними.

уметь:

анализировать программы спортивной подготовкм в избранном виде спорта и планировать учебно - тренировочный и соревновательный процесс;

планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно- массовых мероприятий;

разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований;

определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;

определять цели, задачи, планировать учебно - исследовательскую работу с помощью руководителя;.

использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;

отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки;

оформлять результаты исследовательской работы;

готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты;

знать:

теоретические основы и методику планирования учебно - тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;

теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно - спортивной деятельности;

методику планирования физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятий и занятий;

основы организации опытно - экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;

логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту;

погрешности измерений; теорию тестов; метрологические требования к тестам;

методы количественной оценки качественных показателей;

теорию оценок, шкалы оценок, нормы;

методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;

статистические методы обработки результатов исследования.

Для студентов заочной формы обучения по учебной дисциплине **Методика физической культуры** учебным планом предусмотрено:

- контрольная работа - 3 семестр;
- зачет дифф. – 3 семестр;
- максимальная учебная нагрузка обучающегося **192** часа, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося **10** часов (лекции – 4 часа, практические занятия – 6 часов);
- самостоятельная работа обучающегося **182** часа.

Структура контрольной работы

Контрольная работа имеет определенную композицию:

– Титульный лист.

- Содержание.
- Теоретическая часть.
- Практическая часть.
- Заключение.
- Список использованных источников.

Общий объём контрольной работы составляет– 20-25 страниц. Список литературы составляет 10 источников.

Практическая часть (задание) контрольной работы направлена на развитие профессионального мышления, творческих способностей студента, ознакомление его с учебно-методическими материалами, обеспечивающими организацию и проведение физкультурно - оздоровительного или учебно-тренировочного занятия.

Разновидности учебно-методических материалов:

1. Наглядный материал: схемы, таблицы, графики, макеты, модели и др.
2. Раздаточный материал.
3. Видеоматериалы.
4. Инструкции.
5. Рекомендации.
6. Карточки-задания , в т.ч.для самостоятельной работы учащихся на занятии.
7. Контрольные задания для освобожденных от практического занятия учащихся.
8. Тестовые задания.
9. Проблемные ситуации и др.

Примерные учебно-методические материалы, их варианты и разработки можно найти в следующих источниках:

1. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».
2. Методический журнал «Спорт в школе».

Титульный лист – это первая страница рукописи, на которой указаны надзаголовочные данные, сведения об авторе, тема работы, подзаголовочные данные (вид работы), место и год выполнения работы.

Титульный лист выполняется по установленной в университете форме (Приложение А).

Требования к оформлению титульного листа:

- Надпись «Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»
Екатеринбургский колледж физической культуры ФГБОУ ВО «УралГУФК» , а также наименование кафедры выполняются по центру полужирным 12 кеглем.

-Тема работы выполняются по центру полужирным заглавными буквами 16 кеглем.

- Надписи «по дисциплине, выполнил, проверил», а также фамилия, имя и отчество студента и преподавателя, место выполнения и год выполнения оформляются 14 кеглем.

Список использованных источников

Каждый включенный в список литературный источник должен иметь отражение в контрольной работе. В списке авторы располагаются в алфавитном порядке. В библиографию (список использованных источников) включаются только те источники, которые были изучены и использованы при написании контрольной работы. Не включать в этот список энциклопедии, справочники, научно-популярные книги, газеты. Список оформляется по ГОСТу – 7.1 – 2003 (Приложение В) и нумерацией по порядку. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем на иностранном.

Требования к оформлению работ

Текстовой материал

Контрольная работа должна быть отпечатана на принтере 14 шрифтом Times New Roman через 1,5 интервала на одной стороне стандартного листа А4 210х297 мм с соблюдением следующих размеров полей: верхнее и нижнее – 20 мм, правое – 15, левое – 30 мм., и переносов в словах.

Номера страниц указываются на середине верхней части листа без точек и литерных знаков. Каждая страница нумеруется. Первой страницей считается титульный лист (нумерация на нём не ставится). Номера страниц указывают, начиная со второго листа (цифра 2). Названия основных разделов (глав) пишутся заглавными буквами и располагаются по центру, а подразделов – строчными. Заголовки подразделов даются по левому краю с абзацем жирным шрифтом через 1,0 интервал, сверху и снизу отделяются от основного текста двумя интервалами; точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся и переносы в них не рекомендуются.

Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступая (1,25 см).

Связь списка литературы с текстом осуществляется с помощью ссылок, для нумерации которых используются арабские цифры. Например, если автор ссылается на работу, представленную в списке использованной литературы под номером 7, то эта цифра должна ставиться и в тексте работы, она заключается в квадратные скобки и входит в состав предложения, например: «Исследованиями последних лет установлена эффективность современных информационных технологий в подготовке специалистов по физической культуре и спорту [7], или [10; 12; 15]».

Наряду с текстовой в контрольной работе значительное место занимает цифровая информация, которая чаще всего оформляется в виде таблиц (Приложение 3). Таблицы должны отличаться компактностью и

единообразием построения. Каждая таблица нумеруется и имеет название. Слово «Таблица» (сокращать нельзя) и порядковая цифра (без знака № и точки) пишутся по левому краю после абзаца строчными буквами, но с заглавной буквы, ниже – сама таблица. В тексте на все таблицы должны быть даны ссылки, например: «В таблице 2».

Темы контрольных работ по дисциплине «Методика физической культуры » для студентов 2-го курса заочной формы обучения

Тема 1. Методическое обеспечение организации и проведения физкультурно - спортивных занятий и мероприятий в ДОУ.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса в ДОУ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в ДОУ:

   - Планирование и организация работы по физическому воспитанию в ДОУ. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект физкультурного занятия для одной из групп (средней, старшей или подготовительной) ДОУ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
2. Воротилкина И.М. Физкультурно- оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: метод. пособие.- М.: Изд-во НЦЭНАС, 2004.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. – М.: Владос, 2004.
4. Глазырина Л.Д.Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада. – М.: Владос, 2005.
5. Глазырина Л.Д., ОвсянкинВ.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошк. учреждений - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2005.
6. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учрежлении. – М.: Скрепторий, 2004.
7. ПензулаеваЛ. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2009г.
8. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа - М: Мозаик-Синтез, 2009 г.
9. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2010 г.

10. План работы воспитателя по физической культуре. - М.: Скрипторий 2003, 2007.
11. План – программа педагогического процесса в детском саду (методическое пособие для воспитателей детского сада / под общей редакцией З.А. Михайловой. – СПб.: Детство – пресс, 2004.
12. Программа воспитания и обучения в детском саду**.** / Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. – М.: Мозаика-Синтез, 2007.
13. Рабочий журнал инструктора (воспитателя) ДОУ по физической культуре / Авт. – сост. В.Н. Зимонина. – М.: ТЦ Сфера, 2003.
14. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2000.
15. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 (4-, 5-7) лет (с учетом уровня двигательной активности): Пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры. – М.: Просвещение, 2006.
16. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно – методические материалы, разработки занятий и упражнений / авт. – сост. О.М. Литвинова. – Волгоград : Учитель, 2007.
17. СтепаненковаЭ. Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации для занятий с детьми 2-7 лет. - М: Мозаика- Синтез, 2009.
18. СтепаненковаЭ. Я. Методика проведения подвижных игр. - М: Мозаика-Синтез, 2009.
19. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Academia, 2001.
20. Тарасова Т.А. Контроль физического воспитания детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005.

21. ФилипповаС.О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. - СПб.: Детство-Пресс, 2005.
22. Физическое воспитание и развитие дошкольников: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / С.О. Филиппова, Т.В. Волосникова, О.А. Каминский; под ред. С.О. Филипповой. – М.: Издательский центр «Академия», 2007.
23. Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. - СПб.: Детство-Пресс, 2010.
24. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.
25. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Просвещение, 2003.
26. ЩербакА.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Владос, 1999.
27. Яковлева Л., Юдина Р. Работаем по программе «Старт» // Дошкольное воспитание. - №6. – 1997.
28. Журналы. Дошкольное воспитание.

Тема 2. Методическое обеспечение организации и проведения занятий физической культурой в школе.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса в СОШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*

3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в СОШ:

   - Планирование и организация учебной работы по физической культуре. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки,видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект физкультурного занятия для учащихся **10 (11)** класса СОШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

2. Булатова О.С. Искусство современного урока: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О.С.Булатова. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 256

3. Дыхан Л.Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе / Л.Б. . – Дыхан. - Ростов н /Д: «Феникс», 2009. – 412 с.

4. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.Н. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.

5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.

6. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.

7. Мейксон Г.Б., Шаулин В.Н., Шаулина Е.Б. Самостоятельные знания учащихся по физической культуре. – М.: просвещение, 1986.

8. Методическое объединение учителей физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности: организация работы, рекомендации / авт.-сост. Л.Г. Андреева – Волгоград: Учитель,2011.- 159 с.

9. Настольная книга учителя физкультуры: Справ – мет. пособие / Сост. Б.И. Мишин. М.: ООО «Изд-во Астрель», 2003. -526 с.

10. Уроки физической культуры в 9-10 классах средней школе / Под.ред. Г.П. Богданова. – М.: Просвещение 1987.

11. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт. – сост. А.А. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2. – Волгоград: Учитель, 2013. – 171 с.

12. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И. Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б Мейксона /авт. – сост. М.И. Васильева. – Волгоград: Учитель, 2008, - 183 с.

13. Физическая культура. Учеб. пособие для подготовки к экзаменам/ Под. ред. Волкова В.Ю., Загоруйко В.И. – СПб.: Питер,2004. – 224 с.: ил.

14. Физическая культура и здоровье: Учебник/ Под.ред. В.В. Пономаревой. М., 2001.

15. Физическая культура. Учеб. для учащихся 10-11классов общеобразовательных учреждений / Под ред. Л.Е. Любомирского, Г.Б Мейксона, В.И Ляха.- М.: Просвещение,1997. – 160 с.

16. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования; под ред. В.В.Козлова, А.М. Кондакова. - М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

17. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.

18. Чайцев В.Г., Пронина И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007. – 128 с.

19. Школа молодого учителя / авт. – сост. Л.А. Вагина, Е.Ю. Дорошенко, Т.В. Хуртова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 159 с.

20. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. – Ростов н /Д: «Феникс», 2004.

21. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии / Ю.А Янсон - Ростов н /Д: «Феникс», 2005. – 432 с.

22. Урок физической культуры в современной школе: Методические рекомендации для учителей. Вып. 4. Спортивная гимнастика. – М.: Советский спорт, 2005. – 72 с.

23. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Тема 3. Методическое обеспечение организации и проведения занятий физической культурой в школе.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса в СОШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в СОШ:

   - Планирование и организация учебной работы по физической культуре. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки,видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.** Разработать план – конспект традиционного физкультурного занятия для учащихся **1 - 3** классов СОШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).
2. Булатова О.С. Искусство современного урока: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О.С.Булатова. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 256
3. Дыхан Л.Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе / Л.Б. . – Дыхан. - Ростов н /Д: «Феникс», 2009. – 412 с.
4. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.Н. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.
5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.
6. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.
7. Мейксон Г.Б., Шаулин В.Н., Шаулина Е.Б. Самостоятельные знания учащихся по физической культуре. – М.: просвещение, 1986.
8. Методика физического воспитания учащихся 1-4 классов: Пособие для учителя. 2-е изд. М.: Просвещение, 2001. - 80 с.
9. Методическое объединение учителей физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности: организация работы, рекомендации / авт.-сост. Л.Г. Андреева – Волгоград: Учитель,2011.- 159 с.
10. Настольная книга учителя физкультуры: Справ – мет. пособие / Сост. Б.И. Мишин. М.: ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с.

11. Ситник А.Н., Перенкова Е.В. Методическая работа как фактор развития способности учителя к самоанализу профессиональной деятельности: Методические рекомендации. – М.:АПК и ППРО, 2005. – 24 с.

12. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина; 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.

13. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт. – сост. А.А. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2. – Волгоград: Учитель, 2013. – 171 с.

14. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И. Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б Мейксона /авт. – сост. М.И. Васильева. – Волгоград: Учитель, 2008, - 183 с.

15. Физическая культура. Учеб. пособие для подготовки к экзаменам/ Под. ред. Волкова В.Ю., Загоруйко В.И. – СПб.: Питер,2004. – 224 с.: ил.

16. Физическая культура и здоровье: Учебник/ Под.ред. В.В. Пономаревой. М., 2001.

17. Физкультура. 2 класс: Поурочные планы /Авт. – сост. М.В. Видякин. - Волгоград: Учитель, 2005. – 160 с.

18. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования; под ред. В.В.Козлова, А.М. Кондакова. - М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

19. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.

20. Чайцев В.Г., Пронина И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007. – 128 с.

21. Школа молодого учителя / авт. – сост. Л.А. Вагина, Е.Ю. Дорошенко, Т.В. Хуртова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 159 с.

22. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. – Ростов н /Д: «Феникс», 2004.

23. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии / Ю.А Янсон - Ростов н /Д: «Феникс», 2005. – 432 с.

24. Урок физической культуры в современной школе: Методические рекомендации для учителей. Вып. 4. Спортивная гимнастика. – М.: Советский спорт, 2005. – 72 с.

25. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

26. Методическая газета «Спорт в школе».

Тема 4. Методическое обеспечение организации и проведения занятий физической культурой в школе.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса в СОШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*

3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в СОШ:

- Планирование и организация учебной работы по физической культуре. Характеристика документов планирования. Образцы планов.
- Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки, видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект нетрадиционного физкультурного занятия для учащихся **1 - 3** классов СОШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

2. Булатова О.С. Искусство современного урока: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О.С.Булатова. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 256

3. Дыхан Л.Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе / Л.Б. . – Дыхан. - Ростов н /Д: «Феникс», 2009. – 412 с.

4. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.Н. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.

5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.

6. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.

7. Мейксон Г.Б., Шаулин В.Н., Шаулина Е.Б. Самостоятельные знания учащихся по физической культуре. – М.: просвещение, 1986.

8. Методика физического воспитания учащихся 1-4 классов: Пособие для учителя. 2-е изд. М.: Просвещение, 2001. - 80 с.

9. Методическое объединение учителей физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности: организация работы, рекомендации / авт.-сост. Л.Г. Андреева – Волгоград: Учитель,2011.- 159 с.

10. Настольная книга учителя физкультуры: Справ – мет. пособие / Сост. Б.И. Мишин. М.: ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с.

11. Ситник А.Н., Перенкова Е.В. Методическая работа как фактор развития способности учителя к самоанализу профессиональной деятельности: Методические рекомендации. – М.:АПК и ППРО, 2005. – 24 с.

12. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина; 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.

13. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт. – сост. А.А. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2. – Волгоград: Учитель, 2013. – 171 с.

14. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И. Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б Мейксона /авт. – сост. М.И. Васильева. – Волгоград: Учитель, 2008, - 183 с.

15. Физическая культура. Учеб. пособие для подготовки к экзаменам/ Под. ред. Волкова В.Ю., Загоруйко В.И. – СПб.: Питер,2004. – 224 с.: ил.

16. Физическая культура и здоровье: Учебник/ Под.ред. В.В. Пономаревой. М., 2001.

17. Физкультура. 2 класс: Поурочные планы /Авт. – сост. М.В. Видякин. - Волгоград: Учитель, 2005. – 160 с.

18. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования; под ред. В.В.Козлова, А.М. Кондакова. - М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

19. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.

20. Чайцев В.Г., Пронина И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007. – 128 с.

21. Школа молодого учителя / авт. – сост. Л.А. Вагина, Е.Ю. Дорошенко, Т.В. Хуртова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 159 с.

22. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. – Ростов н /Д: «Феникс», 2004.

23. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии / Ю.А Янсон - Ростов н /Д: «Феникс», 2005. – 432 с.

24. Урок физической культуры в современной школе: Методические рекомендации для учителей. Вып. 4. Спортивная гимнастика. – М.: Советский спорт, 2005. – 72 с.

25. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

26. Методическая газета «Спорт в школе».

Тема 5. Методическое обеспечение организации и проведения занятий физической культурой в школе.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса в СОШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в СОШ:

   - Планирование и организация учебной работы по физической культуре. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки,видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект физкультурного занятия для учащихся **6-7** класса СОШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

2. Булатова О.С. Искусство современного урока: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О.С.Булатова. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 256

3. Дыхан Л.Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе / Л.Б. . – Дыхан. - Ростов н /Д: «Феникс», 2009. – 412 с.

4. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.Н. Минбулатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 272 с.

5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – М.: Советский спорт. – 2003. – 224 с.

6. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.

7. Мейксон Г.Б., Шаулин В.Н., Шаулина Е.Б. Самостоятельные знания учащихся по физической культуре. – М.: просвещение, 1986.

8. Методическое объединение учителей физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности: организация работы, рекомендации / авт.-сост. Л.Г. Андреева – Волгоград: Учитель,2011.- 159 с.

9. Настольная книга учителя физкультуры: Справ – мет. пособие / Сост. Б.И. Мишин. М.: ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с.

10. Ситник А.Н., Перенкова Е.В. Методическая работа как фактор развития способности учителя к самоанализу профессиональной деятельности: Методические рекомендации. – М.:АПК и ППРО, 2005. – 24 с.

11. Татарченкова С.С. Организация методической работы в современной школе: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2007. – 128 с.

12. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина; 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.

13. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт. – сост. А.А. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2. – Волгоград: Учитель, 2013. – 171 с.

14. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей образоват. учреждений / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2011. – 104 с.

15. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе В.И. Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б Мейксона /авт. – сост. М.И. Васильева. – Волгоград: Учитель, 2008, - 183 с.

16. Физическая культура .Учеб. для учащихся 5-7 классов общеобразовательных учреждений / Под ред. Г.Б Мейксона и др.- М.: Просвещение,1996. – 143 с.

17. Физическая культура. Учеб. пособие для подготовки к экзаменам/ Под. ред. Волкова В.Ю., Загоруйко В.И. – СПб.: Питер,2004. – 224 с.: ил.

18. Физическая культура и здоровье: Учебник/ Под.ред. В.В. Пономаревой. М., 2001.

19. Физкультура. 6 класс: Поурочные планы /Авт. – сост.Г.В. Бондаренкова, Н.И. Коваленко. - Волгоград: Учитель, 2004. – 144 с.

20. Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования; под ред. В.В.Козлова, А.М. Кондакова. - М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

21. Чайцев В.Г., Пронина И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007. – 128 с.

22. Школа молодого учителя / авт. – сост. Л.А. Вагина, Е.Ю. Дорошенко, Т.В. Хуртова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 159 с.

23. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. – Ростов н /Д: «Феникс», 2004.

24. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии / Ю.А Янсон - Ростов н /Д: «Феникс», 2005. – 432 с.

25. Урок физической культуры в современной школе: Методические рекомендации для учителей. Вып. 4. Спортивная гимнастика. – М.: Советский спорт, 2005. – 72 с.

26. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

27. Методическая газета «Спорт в школе».

Тема 6. Методическое обеспечение организации и проведения физкультурно - спортивных занятий в ССУЗах.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) образовательного процесса вССУЗ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК вССУЗ:

   - Планирование и организация учебной работы по физической культуре. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения физкультурного занятия (мероприятия), разрабатываемые педагогом по ФК (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки,видеотека и т. п.

4.**Практическое задание.**

Разработать план – конспект физкультурного занятия для одной из групп ССУЗ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал, презентация; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Аргунова Т.Г. Комплексное учебно-методическое обеспечение предмета. – М.: НМЦ СПО, 2000.
2. Гусева Р.П. Методическая готовность преподавателей к созданию комплексного учебно-методического обеспечения образовательного процесса.// Среднее профессиональное образование, 2003, №3.
3. Иванов А.И. Современные УМК нового поколения: проблемы, пути решения, перспективы. – Ставрополь, ИРО, 1995.
4. Коробейников Н.К., Михеев А. А., Николенко И. Г. Физическое воспитание: Учеб.пособие для сред. спец. учеб. заведений. - М., 1984.
5. Кочетов С.И. Комплексное методическое обеспечение учебного процесса средствами обучения. – М.: Высшая школа, 1986.
6. Настольная книга педагога: Учебно-методическое пособие для преподавателей системы среднего профессионадбного образования /Сост. Т.В. Опарина. – М.: «Инновационный образовательный центр «Новый город». – 2006. – 39 с.
7. Никитина Т.А.., Палтиевич Р.Л. Учебно-методическое обеспечение гуманитарного компонента общеобразовательного цикла в образовательных учреждениях СПО. Методические рекомендации для средних специальных учебных заведений. – М.: Издательский отдел ИПР СПО, 2001.
8. Пастухова И.П. Преподавателю ссуза о создании методической разработки. – М.: Изд. Центр ИПР СПО, 2005.
9. Педагогика: Учебник для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей/ Под ред. П.И. Пидкасистова. – М.: Педагогическое общество России, 2002.
10. Примерная программа по общим гуманитарным и социально-экономическим дисциплинам для средних специальных учебных заведений. – М.: Соц. – полит. журнал, 1996.
11. Радыгина Н.В. Методическое обеспечение процесса обучения // Среднее профессиональное образование. – 2004. - №6.

12. Рыхтикова Т.М. Комплексное учебно-методическое обеспечение дисциплины // СПО. – 2004. - №5.
13. Скакун В.А. Методика преподавания специальных и общетехнических предметов (в схемах и таблицах): Учеб. пособие для нач. проф. Образования / В.А.Скакун. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 128 с.
14. Степанова Н.А. Создание учебно – методического комплекса для студентов // Приложение к журналу «СПО». – 2004. - №8.
15. Физическая культура: Тестовые задания для студентов средних профессиональных учебных заведений / Под ред. И.А. Лысовой. – М.: «Инновационный образовательный центр «Новый город». – 2010. – 121с.
16. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.
17. Щепотин А.Ф., Чекулаев М.А., Щеховцов А.П. Комплексное учебно-методическое обеспечение образовательного процесса в средних профессиональных учебных заведениях. – М.: НМЦ СПО, 1999.
18. Журнал. Среднее профессиональное образование.

Тема 7. Методическое обеспечение организации и проведения учебно – тренировочного процесса в ДЮСШ.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства тренера - преподавателя.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) учебно – тренировочного процесса в ДЮСШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы, обеспечивающие учебно – тренировочный процесс в избранном виде спорта:

   - Планирование и организация учебно – тренировочного процессав ИВС. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения учебно – тренировочныхзанятий, разрабатываемые тренером - преподавателем (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки,видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект учебно – тренировочного занятия для группы начальной подготовки ДЮСШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал, презентация; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов. – Харьков: Основа, 1993. – 244 с.
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С. Барчуков; под общ.ред. Г.В. Барчуковой. - М.: Кнорус, 2011. - 368 с.
3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.
4. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: «Олимпийская литература», 2006. – 294 с.
5. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 376 с.
6. Курамшин Ю.Ф.Теория и методика физической культуры. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
7. Матвеев Л. П.Основы обшей теории спорта и системы подготовки спортсменов: Учеб.пособие для студ. и преподавателей вузов физического воспитания и спорта, тренеров. — Киев, 1999.
8. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г.Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 864 с.
9. Паршиков А.Т. Спортивная школа как социально-педагогическая система: социальное проектирование: Монография. – М.: «Советский спорт», 2003. – 352 с.
10. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.
11. Примерная программа подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР. – М.: Советский спорт, 2004 -2007. (по видам спорта)
12. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина; 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.

13. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г.С.Туманян. – М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.
14. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.
15. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 176 с.
16. Журнал. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.
17. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе».

Тема 8. Методическое обеспечение организации и проведения учебно – тренировочного процесса в ДЮСШ.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства тренера - преподавателя.
2. Комплексное учебно-методическое обеспечение (КУМО) учебно – тренировочного процесса в ДЮСШ: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы, обеспечивающие учебно – тренировочный процесс в избранном виде спорта:

   - Планирование и организация учебно – тренировочного процесса в ИВС. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

   - Материалы учебно – методического обеспечения учебно – тренировочных занятий, разрабатываемые тренером - преподавателем (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки, видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект учебно – тренировочного занятия для учебно-тренировочной группы ДЮСШ в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал, презентация; рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов. – Харьков: Основа, 1993. – 244 с.
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / И.С. Барчуков; под общ.ред. Г.В. Барчуковой. - М.: Кнорус, 2011. - 368 с.
3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.
4. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: «Олимпийская литература», 2006. – 294 с.
5. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 376 с.
6. Курамшин Ю.Ф.Теория и методика физической культуры. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
7. Матвеев Л. П.Основы обшей теории спорта и системы подготовки спортсменов: Учеб.пособие для студ. и преподавателей вузов физического воспитания и спорта, тренеров. — Киев, 1999.
8. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г.Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 864 с.
9. Паршиков А.Т. Спортивная школа как социально-педагогическая система: социальное проектирование: Монография. – М.: «Советский спорт», 2003. – 352 с.
10. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.
11. Примерная программа подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР. – М.: Советский спорт, 2004 -2007. (по видам спорта)
12. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина; 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.

13. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г.С.Туманян. – М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.
14. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. высш. учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; - 8-е изд. испр. и доп. - М.: Академия, 2010. - 480 с.
15. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие. – М.: Терра-Спорт, 2003. – 176 с.
16. Журнал. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.
17. Научно-методический журнал. Теория и практика физической культуры.
18. Научно-методический журнал. «Физическая культура в школе».

Тема 9. Методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий в оздоровительном лагере.

План.

1. Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога (инструктора).
2. Комплексное методическое обеспечение (КУМО) физкультурно-оздоровительной работы: понятие, сущность, структура (нормативно – методические, учебно – информационные, учебно – методические материалы). *Рекомендуется использовать схемы, таблицы.*
3. Учебно – методические материалы, обеспечивающие физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в оздоровительном лагере:

- Планирование и организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий в оздоровительном лагере. Характеристика документов планирования. Образцы планов.

- Материалы учебно – методического обеспечения учебно – тренировочных занятий, разрабатываемые педагогом, инструктором (разновидности, примерный перечень, требования к содержанию и оформлению): разработки конкретных занятий, рекомендации по направлениям деятельности, дидактический наглядный, раздаточный материал, методические картотеки, видеотека и т. п.

4. **Практическое задание.**

Разработать план – конспект физкультурно-оздоровительного занятия для одной из групп оздоровительного лагеря в установленной форме.

Разработать (определить, подобрать) учебно – методический материал для данного занятия: наглядный, раздаточный материал, презентация;

рекомендации по направлениям деятельности, по самостоятельной работе; тесты, карточки – задания, вопросы и т.п.

Литература

1. Григоренко Ю.Н. Планирование и организация работы в детском оздоровительном лагере. – М.:1999. – 160 с.
2. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю. Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе. - М.: Педагогическое общество России, 2005. – 224 с.
3. Детский оздоровительный лагерь. Содержание и технологии работы./ Под. ред. Г.В. Семья. – М.: 1998. – 176 с.
4. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО,2007. – 152 с.
5. Детские праздники в школе, оздоровительном лагере, дома. – М.:2000. – 128 с.
6. Должиков И.И. Физкультурно оздоровительные и спортивно – массовые мероприятия в детском лагере. – М.: Айрис-пресс, 2005.- 176 с.
7. Детский оздоровительный лагерь. Содержание и технологии работы./ Под.ред. Г.В. Семья. – М.: 1998. – 176 с.
8. Детские праздники в школе, оздоровительном лагере, дома. – М.:2000. – 128 с.
9. Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей.- М.: 1999. – 176 с.
10. Научно-методический журнал. «Физическая культура в школе».

Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету

1.Методика, методическая деятельность, методическое обеспечение.

2.Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

3.Научно-методическая деятельность в процессе профессионального физкультурного образования.

4.Виды методических работ и их характеристика.

5.Этапы (алгоритм) разработки учебно-методического обеспечения образовательного процесса в физическом воспитании.

6.Этапы (алгоритм) разработки учебно-методического обеспечения учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта.

7.Значение, задачи планирования в физическом воспитании и спортивной тренировке.

8.Требования к планированию в физическом воспитании.

9.Методическая последовательность планирования.

10.Документы перспективного планирования учебно-тренировочного процесса**:** учебный план, учебная программа, многолетний план подготовки команды, многолетний индивидуальный план подготовки спортсменов.

11.Документы текущего планирования учебно-тренировочного процесса: план-график годичного цикла спортивной тренировки, план подготовки команды на год и годичный план (индивидуальный) подготовки на каждого спортсмена.

12.Документы оперативного планирования учебно-тренировочного процесса: рабочий план, план-конспект тренировочного занятия, план подготовки к отдельным соревнованиям.

13.Методика планирования учебного материала по физической культуре в образовательном учреждении (государственные документы, документы, разрабатываемые педагогом по ФК)

14.Современные требования к уроку ФК.

15.Типы уроков. Особенности методической подготовки преподавателя к урокам различного типа.

16.Структура и содержание урока ФК. Организация и методические основы проведения урока ФК.

17.Подготовка преподавателя к уроку: двигательная, речевая, методическая.

18.Виды педагогического контроля над проведением урока ФК.

19.Методика проведения хронометрирования, пульсометрии, контрольных испытаний, педагогического наблюдения и анализа урока.

20.Мониторинг физического развития и физической подготовленности занимающихся.

21.Требования к учебно-методическому обеспечению кабинета физкультуры, спортивному залу.

22. Пути самосовершенствования педагогического мастерства

23. Методика планирования оздоровительной тренировки.

24.Методика планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

25. Формы организации учебно-методической работы в образовательном, физкультурно-спортивном, физкультурно-оздоровительном учреждении (организации).

Контрольные тесты для самоконтроля

ВАРИАНТ 1

1. В школьном возрасте использование большого разнообразия физических упражнений базируется на основе положений, которые отражены в *общих принципах* отечественной системы физического воспитания. Укажите эти принципы среди нижеприведенных:

1) принцип всестороннего развития личности, принцип связи физического воспитания с трудовой и военной практикой, принцип оздоровительной направленности;

2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;

3) принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания, принцип циклического построения занятий;

4) принцип постепенного наращивания развивающее - тренирующих воздействий, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.

2. Под двигательной активностью понимают:

1) суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;

2) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся;

3) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;

4) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства.

3. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс:

1) незначительно увеличивается;

2) значительно увеличивается;

3) остается без изменения;

4) все более уменьшается.

4. Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе (младшие классы):

1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;

2) урок физической культуры;

3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час);

4) секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.

5. В младшем школьном возрасте упражнения на скорость следует выполнять:

1) 3-4 с;

2) 6-8 с;

3) 15 с;

4) 20-25 с.

6. Упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, выполняются:

1) в водной части урока;

2) в подготовительной части урока;

3) в начале основной части урока;

4) в середине или конце основной части урока.

7. В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста по возможности надо ограничивать или исключать:

1) упражнения на выносливость;

2) упражнения на частоту движений;

3)упражнения, связанные с натуживанием (задержкой дыхания), и значительные статические напряжения;

4) скоростно-силовые упражнения.

8. Отличительной особенностью физкультурных занятий в начальной школе является *акцент* на решение:

1) оздоровительных задач;

2) образовательных задач;

3) воспитательных задач;

4) задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания.

9. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию:

1) активной и пассивной гибкости;

2) максимальной частоты движений;

3)силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;

4) простой и сложной двигательной реакции.

10. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

1) а) слабую, б) среднюю, в) сильную;

2) а) основную, б) подготовительную, в) специальную;

3) а) без отклонений в состоянии здоровья; б) с отклонениями в состоянии здоровья;

4) а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.

11. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

1) физической нагрузкой;

2) интенсивностью физической нагрузки;

3) моторной плотностью урока;

4) общей плотностью урока.

12. Группа, которая формируется из учащихся, имеющих незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья

(без существенных функциональных нарушений), а также недостаточную физическую подготовленность, называется:

1) группой общей физической подготовки;

2) физкультурной группой;

3) средней медицинской группой;

4)подготовительной медицинской группой.

13. В рамках школьного урока физической культуры основная часть обычно длится:

1) 15-18 мин;

2) 20 мин;

3) 25—30 мин;

4) 35 мин.

14. Укажите среди нижеприведенных основную форму организации занятий физическими упражнениями с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья:

1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;

2) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня («оздоровительный час на свежем воздухе»);

3) урок физической культуры;

4) индивидуальные занятия различными физическими упражнениями в домашних условиях (оздоровительная аэробика, шейпинг, стретчинг, атлетическая гимнастика и др.).

15. Хороший тренирующий эффект в физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем дают двигательные режимы при ЧСС:

1) 90-100 уд/мин; 2) 110-125 уд/мин;

3) 130—150 уд/мин; 4) 160—175 уд/мин.

Карточка ответов (вариант 1)

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№ ответа	1	1	4	2	2	3	3	1	3	2	4	4	3	3	3

.

ВАРИАНТ 2

1. В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем величина физической нагрузки на уроке физической культуре контролируется:

1) по пульсу (по частоте сердечных сокращений);
2) по частоте дыхания;
3) по внешним признакам утомления детей;
4) по пульсу, дыханию и внешним признакам утомления детей

2. В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем полностью исключаются:

1) гимнастические упражнения;
2) легкоатлетические упражнения;
3) подвижные игры и лыжная подготовка;
4) акробатические упражнения и упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными статическими напряжениями.

3. Уроки физической культуры в общеобразовательной школе проводятся, как правило:

1) 1 раз в неделю;
2) 2 раза в неделю;
3) 3 раза в неделю;
4) 4 раза в неделю.

4. На уроке физической культуры работоспособность организма под влиянием физических нагрузок изменяется. Укажите, какой части урока соответствует фаза устойчивой функциональной работоспособности с небольшими колебаниями в сторону ее увеличения и снижения:

1) вводной;
2) подготовительной;
3) основной;
4) заключительной.

5. В системе физического воспитания школьников физкультминуты и физкультпаузы проводятся:

1) на общеобразовательных уроках при появлении первых признаков утомления у учащихся;
2) на уроках физической культуры при переходе от одного физического упражнения к другому;
3) в спортивных секциях и секциях ОФП, как средство активного отдыха;
4) после окончания каждого урока (на переменах).

6. На уроках физической культуры наиболее благоприятная температура в спортивном зале должна быть в пределах:

1) 12-13 ^{O}C;
2) 14—16 ^{O}C;
3) 18-20 ^{O}C;
4) 22-24 ^{O}C.

7. Во время выполнения школьниками младшего возраста домашних заданий физкультминутки (физкультпаузы) проводятся после ... непрерывной работы.

Вставка-ответ: 1) 20—25 мин;
2) 30—35 мин;
3) 40-45 мин;
4) 1 ч.

8. Физическое воспитание в системе среднего профессионального образования осуществляется на протяжении:

1) первого года обучения;

2) первого и второго годов обучения;

3) второго и третьего годов обучения;

4) всего периода обучения.

9. Укажите, какие задачи решаются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

1) образовательные;

2) воспитательные;

3) оздоровительные;

4) образовательные, воспитательные, оздоровительные.

10. Укажите оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке физической культуры:

1) одна задача;

2) две-три задачи;

3) четыре задачи;

4) пять-шесть задач.

11. В начале основной части урока физической культуры:

1) закрепляются и совершенствуются усвоенные ранее двигательные умения и навыки;

2) разучиваются новые двигательные действия или их элемент;

3) выполняются упражнения, требующие проявления выносливости;

4) выполняются упражнения, требующие проявления силы.

12. В младшем школьном возрасте из методов упражнения предпочтение отдается:

1) расчлененному методу;

2) целостному методу;

3) сопряженному методу;

4) методам стандартного упражнения.

13. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:

1) специальной медицинской группой;

2) оздоровительной медицинской группой;

3) группой лечебной физической культуры;

4) группой здоровья.

14. Укажите длительность заключительной части урока физической культуры в общеобразовательной школе:

1) 10 мин;

2) 7 мин;

3) 3—5 мин;

4) 1—2 мин.

15. Для поддержания эмоционального тонуса и закрепления пройденного на уроке физической культуры материала преподавателю следует завершать основную часть:

1) упражнениями на гибкость;

2) подвижными играми и игровыми заданиями;

3) просмотром учебных видеофильмов;

4) упражнениями на координацию движений.

Карточка ответов (вариант 2)

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№ ответа	4	4	3	3	1	2	2	4	4	2	2	2	1	3	2

.

ВАРИАНТ 3

1. Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет:

1) 30—35 мин;

2) 40—45 мин;

3) 50—55 мин;

4) 1 ч.

2. Укажите оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке физической культуры:

1) одна задача;

2) две-три задачи;

3) четыре задачи;

4) пять-шесть задач

3. Укажите среди нижеприведенных основную цель проведения физкультминуток и физкультпауз на общеобразовательных уроках в школе:

1) повышение уровня физической подготовленности;

2) снятие утомления, повышение продуктивности умственной или физической работы, предупреждение нарушения осанки;

3) укрепление здоровья и совершенствование культуры движений;

4) содействие улучшению физического развития.

4. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры:

1) фронтальный;

2) поточный;

3) одновременный;

4) групповой.

5. Укажите, какое количество часов в год отводится программой по физическому воспитанию на уроки физической культуры в общеобразовательной школе:

1) 48 ч;
2) 68 ч;
3) 76 ч.
4) 102ч;

6. Укажите оптимальное количество общеразвивающих упражнений для подготовительной части урока физической культуры:

1) 4—5 упражнений;
2) 8—10 упражнений;
3) 14—15 упражнений;
4) 16—18 упражнений.

7. **Как называется способ проведения общеразвивающих упражнений, при котором весь комплекс упражнений выполняется занимающимися непрерывно, без остановок, причем конечное положение предыдущего упражнения является исходным для последующего?**

1) непрерывным;
2) слитным;
3) поточным;
4) фронтальным.

8. Укажите основное назначение ориентиров (предметных регуляторов) на уроках физической культуры:

1) воспитание волевых качеств;

2) создание оптимальной плотности урока;

3) дозирование физических нагрузок;

4) создание правильных мышечно-двигательных ощущений.

9. На уроках физической культуры упражнения на выносливость всегда следует выполнять:

1) в начале основной части урока;

2) в середине основной части урока;

3) в конце основной части урока;

4) в заключительной части урока.

10. Для развития вестибулярной устойчивости надо чаще применять упражнения:

1) на равновесие;

2) на координацию движений;

3) на быстроту движений;

4) на силу.

11. Из перечисленных пунктов:

1) затраты времени на занятие, 2) темп и скорость движения, 3) километраж преодоленного расстояния, 4) частота сердечных сокращений, 5) количество выполненных упражнений — выберите показатели, которыми характеризуется *интенсивность* физической нагрузки:

1) 1, 3;

2) 2, 4;

3) 3, 5;

4) 1, 2, 3, 4, 5.

12. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:

1) время выполнения двигательного действия;
2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);
3) продолжительность сна;
4) коэффициент выносливости.

13. При дозировании нагрузок в целях повышения функциональных возможностей сердечно - сосудистой системы их величина по показателю ЧСС должна быть не ниже:

1) 90 уд/мин;
2) 100—110 уд/мин;
3) 130 уд/мин;
4) 150—160 уд/мин.

14. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений в состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:

1) физкультурной группой;
2) основной медицинской группой;
3) спортивной группой;
4) здоровой медицинской группой.

15. Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется:

1) индексом физической нагрузки;
2) интенсивностью физической нагрузки;
3) моторной плотностью урока;

4) общей плотностью урока.

Карточка ответов (вариант 3)

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№ ответа	2	2	2	1	4	2	3	4	3	1	2	2	3	2	4

.

ВАРИАНТ 4

1. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а так же на их дальнейшее совершенствование, называется:

1) методикой обучения;
2) физическим образованием;
3) физическим воспитанием;

2. К занятиям урочного типа относится:

1) утренняя гигиеническая гимнастика;
2) турпоход выходного дня;
3) учебно – тренировочное занятие в ДЮСШ;

3. Содержанием занятий урочного типа не является:

1) учебный материал;
2) деятельность преподавателя;
3) деятельность занимающихся;
4) материально - техническое обеспечение урока;

4. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором класс делят на группы, каждая из которых выполняет свое задание, данное учителем физической культуры:

1) фронтальный ;
2) групповой;
3) круговой;
4) индивидуальный;

5. Отношение педагогически оправданных затрат времени к общей продолжительности урока называется:

1) моторной плотностью урока;

2) интенсивностью физической нагрузки;

3) общей плотностью урока;

6. Педагогический контроль в физическим воспитании – это:

1) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;

2) прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;

3) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;

4) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.

7. Физическую нагрузку во время урока ФК определяют по результатам:

1) хронометрирования;

2)контрольных испытаний;

3)пульсометрии.

8. В уроке физической культуры выделяют подготовительную , основную и заключительную части. Потому что:

1) на каждом уроке, как правило, ставятся три задачи и каждая часть урока предназначена для решения одной из них;

2) выделения частей в уроке требует Министерство образования России;

3) это обусловлено необходимостью управлять динамикой работоспособности занимающихся;

4) так учителю удобнее распределять различные по характеру упражнения;

9.В сфере физического воспитания преподавателями разрабатывается вся рабочая документация по планированию, исходя из отправных, официальных документов:

1) общего плана работы по физическому воспитанию и годового плана – графика учебного процесса;

2) ГОС (ФГОС), учебного плана образовательного учреждения и программы по физическому воспитанию, рекомендованной Министерством образования и науки;

3) поурочного рабочего (тематического) плана и плана-конспекта урока (технологической карты урока);

10.Уровень развития физических (двигательных) способностей человека определяется:

1) тестами (контрольными упражнениями);

2) индивидуальными спортивными результатами;

3) разрядными нормами ЕВСК;

11. Какие показатели необходимо оценивать в педагогическом анализе урока:1) содержание конспекта;2) внешние условия проведения урока;3) организацию занятия**;** 4) уровень физической подготовленности учащихся;5) методику обучения и воспитания; 6) поведение педагога;7) количество присутствующих на уроке; 8) степень выполнения основных задач урока и намеченного содержания урока

1) 1,2,4,6,8 3) 1,3,5,6,8

2) 2,3,4,6,7 4) 2,4,6,7,

12. Планирование в физической культуре – это:

1) упорядоченная определенным образом деятельность специалиста в областифизической культуры по реализации задач учебно – воспитательного процесса;

2) обоснование, разработка и документальное оформление содержания и последовательности действий педагога с целью решения задач обучения и воспитания занимающихся;

3) процесс принятия и реализации решений по управлению физическим совершенствованием конкретного контингента занимающихся.

13. Требованиями к планированию являются:1) объективность; 2) соответствие плана нормативным документам; 3) реальность; 4) учет общих принципов формирования физической культуры личности; 5) учет дидактических принципов учебно – воспитательного процесса; 6) гибкость; 7) оперативность ;8) регулярность; 9) конкретность.

1) 1,2,4,7,8

2) 2,3,4,6,9

3) 3,5,6,7,8

14. Учебно – методический комплекс учебной дисциплины – это:

1) совокупность мероприятий по выявлению уровня подготовленности занимающихся физическими упражнениями;

2) совокупность содержания, методики и условий проведения занятий физическими упражнениями, направленных на достижение поставленных задач обучения;

3) совокупность всех учебно – методических документов (планов, программ, методик, наглядных пособий и т.д.), представляющих собой проект системного описания образовательного процесса.

15. В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность характерно для:

1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;
2) контрольных уроков;
3) уроков общей физической подготовки;
4) уроков освоения нового материала.

Карточка ответов (вариант 4)

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№ ответа	1	3	4	2	3	1	3	3	2	1	3	2	2	3	4

ВАРИАНТ 5

1. В сфере физического воспитания преподавателями разрабатывается вся рабочая документация по планированию, исходя из отправных, официальных документов:

1) общего плана работы по физическому воспитанию и годового плана – графика учебного процесса;

2) поурочного рабочего (тематического) плана и плана-конспекта урока;

3) ФГОС, учебного плана образовательного учреждения и программы по физическому воспитанию, рекомендованной Министерством образования и науки;

2. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет задание под руководством учителя физической культуры:

1) фронтальный ;

2) групповой;

3) круговой;

4) индивидуальный.

3. Содержанием занятий урочного типа не является:

1) учебный материал;

2) деятельность преподавателя;

3)план-конспект урока;

4) деятельность занимающихся;

4. Какие показатели необходимо оценивать в педагогическом анализе урока: 1) содержание конспекта;2) внешние условия проведения урока;3) организацию занятия**;** 4) уровень физической подготовленности учащихся;5) методику обучения и воспитания; 6) поведение педагога;7) количество присутствующих на уроке; 8) степень выполнения основных задач урока и намеченного содержания урока

1) 1,2,4,6,8 3) 2,4,6,7,8

2) 2,3,4,6,7 4) 1,3,5,6,8

5. Планирование в физической культуре – это:

1) обоснование, разработка и документальное оформление содержания и последовательности действий педагога с целью решения задач обучения и воспитания занимающихся;

2) упорядоченная определенным образом деятельность специалиста в области физической культуры по реализации задач учебно – воспитательного процесса;

3) процесс принятия и реализации решений по управлению физическим совершенствованием конкретного контингента занимающихся.

6. Отношение времени выполнения физических упражнений на уроке к общей продолжительности урока называется:

1) двигательной плотностью урока;

2) физической нагрузкой;

3) общей плотностью урока;

7. Учебно – методический комплекс учебной дисциплины – это:

1) совокупность мероприятий по выявлению уровня подготовленности занимающихся физическими упражнениями;

2) совокупность всех учебно – методических документов (планов, программ, методик, наглядных пособий и т.д.), представляющих собой проект системного описания образовательного процесса;

3) совокупность содержания, методики и условий проведения занятий физическими упражнениями, направленных на достижение поставленных задач обучения.

8.Учитель физической культуры в школе разрабатывает:

1) учебный план; 2) рабочую программу по ФК; 3)общий план по физическому воспитанию в школе на учебный год;; 4) расписание занятий; 5) поурочный рабочий (тематический) план; 6) годовой план – график прохождения материала для каждой параллели классов на учебный год; 7) план конспект занятия; 8) план учебно – воспитательной работы по физической культуре на месяц.

1) 2,3,4,7,8;

2) 2,3,5,6,7.

3)1,4,6,7,8;

4) 1,3,5,6,7;

9. Отношение педагогически оправданных затрат времени к общей продолжительности урока называется:

1) моторной плотностью урока;

2)коэффициентом эффективности урока;

3) общей плотностью урока;

10. Требованиями к планированию являются:1) объективность; 2) соответствие плана нормативным документам; 3) реальность; 4) учет общих принципов формирования физической культуры личности; 5) учет дидактических принципов учебно – воспитательного процесса;6) гибкость;7) оперативность ;8) регулярность; 9) конкретность.

1) 2,3,4,5,9

2) 1,2,4,7,8

3) 3,5,6,7,8

11. Уровень развития физических (двигательных) способностей человека определяется:

1) функциональными пробами;

2) индивидуальными спортивными результатами;

3) тестами (контрольными испытаниями);

12.В уроке физической культуры выделяют подготовительную , основную и заключительную части. Потому что:

1) на каждом уроке, как правило, ставятся три задачи и каждая часть урока предназначена для решения одной из них;

2) это обусловлено необходимостью управлять динамикой работоспособности занимающихся;

3) так удобно организовывать и проводить урок учителю.

13. К занятиям неурочного типа относится:

1) утренняя гигиеническая гимнастика;

2) урок физической культуры;

3) турпоход выходного дня;

4) занятие в спортивной секции школы;

14.Укажите оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке физической культуры:

1) одна задача;

2) две-три задачи;

3) три-четыре задачи;

15. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а так же на их дальнейшее совершенствование, называется:

1) физическим воспитанием;

2) методикой обучения;

3) физической подготовкой.

Карточка ответов (вариант5)

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№ ответа	3	1	3	4	1	1	2	2	3	1	2	2	1,3	2	2

Задания для самостоятельной работы

Если при выполнении заданий возникнут трудности, обратитесь материалам учебника. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480 с.

1. Перечислите специальные методические приемы, способствующие повышению *сознательности и активности* в физическом воспитании:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

7)_____

2. Заполните таблицу «Формы практической наглядности в физическом воспитании и их характеристика (назначение и средства)».

Практическая наглядность в процессе физического воспитания		
Форма наглядности	Назначение	Средства

3. Заполните таблицу «Принцип доступности и индивидуализации в физическом воспитании и его характеристика».

Принцип доступности и индивидуализации	
Назначение	Характеристика

4. Укажите, в какой методической последовательности осуществляется овладение двигательным действием. Дайте краткую характеристику:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5. На первом этапе обучения двигательным действиям (этап начального разучивания) занимающимися допускается больше всего двигательных ошибок, причинами которых являются:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

6. Укажите наиболее распространенные правила исправления ошибок при обучении занимающихся двигательным действиям:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

7. Запишите 5 упражнений для развития частоты движений:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

8. Запишите пять упражнений с направленностью на развитие координационных способностей:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

9. Перечислите основные ***методические приемы,*** применяемы при воспитании координационных способностей:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

10.Заполните таблицу «Составные части урока физической культуры и их назначение
(структура урока)».

№	Составные части урока	Назначение
1.	Подготовительная	
2.	Основная	
3.	Заключительная	

11. Заполните таблицу «Виды планирования в физическом воспитании и их сроки».

Вид планирования	Срок планирования

12. Заполните таблицу «Требования к планированию в физическом воспитании».

Требования к планированию	Сущность требования

13. Укажите методическую ***последовательность планирования*** в физическом воспитании:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

7)_____

14.Заполните таблицу «Основные документы планирования в физическом воспитании и их характеристика».

Основные документы планирования	Характеристика документа планирования

15.Заполните таблицу «Виды ***педагогического контроля*** в физическом воспитании и их характеристика».

Виды педагогического контроля	Характеристика видов контроля

16.Запишите ***методы контроля,*** применяемые в практике физического воспитания:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

7)_____

17.Заполните таблицу «Структура физкультурных занятий урочного типа (части, задачи, содержание) с детьми раннего и дошкольного возраста».

Основные части урока	Задачи, решаемые в каждой части урока	Основное содержание каждой части урока

18.Заполните таблицу «Методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств на уроках физической культуры в 1—11 классах».

Методы обучения двигательным действиям		
1—4 классы	5—9 классы	10—11 классы
Методы воспитания физических качеств		

19. Запишите в таблицу основные физические качества и средства (физические упражнения), наиболее эффективно обеспечивающие решение задач развития физических качеств у детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Физические качества	Основные средства (физические упражнения)		
	1—4 классы	5—9 классы	10—11 классы

20.Запишите в таблицу тесты (контрольные упражнения) для оценки уровня физической подготовленности детей младшего, среднего и старшего возраста.

Физические качества	Тесты (контрольные упражнения)		
	1 —4 классы	5—9 классы	10—11 классы

21. Заполните таблицу «Структура урока физической культуры в школе и характеристика его составных частей».

Часть урока (название)	Характеристика частей урока			
	Цель	Методические	Основное	Продолжи-

		задачи	содержание	тельность

22. Заполните таблицу «Методы организации деятельности занимающихся на уроке физической культуры и их характеристика»

Методы организации деятельности занимающихся на уроке	Характеристика методов

23. Перечислите методические приемы для активизации внимания занимающихся и повышения их эмоционального состояния при проведении общеразвивающих упражнений в подготовительной части урока физической культуры:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

24. Перечислите, какие требования необходимо соблюдать учителю физической культуры при показе ученикам того или иного двигательного действия:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

7)_____

25. Запишите в таблицу ориентиры (предметные регуляторные) используемые в физическом воспитании и спорте.

Ориентиры (предметные регуляторы)		
Пространственные	Звуковые и световые	Инструментальные

26. Перечислите упражнения, которые применяются в заключительной части урока физической культуры:

1)_____

2)_____

3)_____

4)_____

5)_____

6)_____

7)_____

27. Рассчитайте общую плотность (ОП) урока физической культуры, исходя из следующих данных:

а) длительность урока — 40 мин;

б) простои на уроке по вине учителя физической культуры составили 3 мин:

ОП = ...

28. Одним из показателей эффективности урока физической культуры является его плотность. Дайте обоснование, почему при всей важности моторной (двигательной) плотности урока она не может достигать 100%.

_____

_____

29. Рассчитайте моторную плотность (МП) урока физической культуры, исходя из следующих данных:

а) длительность урока — 40 мин;

б) суммарное время, затраченное учащимися на выполнение физических упражнений — 30 мин;

в) время, затраченное на подготовку мест занятий, отдых между смежными заданиями и объяснениями учителя физической культуры — 10 мин:

МП= …

30 . Перечислите, какую учебно-методическую документацию разрабатывает учитель физической культуры.

_____

_____

31. Вы впервые проводите урок физической культуры в первом классе (например, в период педагогической практики). Укажите, какие особенности детей вы , прежде всего, учтете при подготовке к данному уроку.

_____

_____

32. Назовите основные различия между учениками основной, подготовительной и специальной медицинских групп.

_____

_____

33. Укажите, какие функции выполняют на уроке физической культуры слово и показ двигательных действий:

1)_____

2)_____

3)_____

34. В таблице приведены качества учителя физической культуры. Проранжируйте их по степени важности (т. е. расставьте по местам: первое, второе, третье место и т.д.).

Качество учителя физической культуры	Ранг (место)
Организованность	
Дисциплинированность	
Трудолюбие	
Вежливость	
Аккуратность	
Скромность	
Доброта	
Справедливость	
Требовательность	
Знание предмета «Физическая культура»	
Умение излагать материал	
Умение организовать деятельность занимающихся на уроках	
Мастерство преподавания предмета	
Чуткость	
Доброжелательность	
Нравственная чистота	
Доверие к учащимся	
Образцовое поведение	
Авторитет учителя	
Непримиримость к несправедливости	
Общая эрудиция	
Самообладание	

35. Заполните таблицу «Деловые и личные качества преподавателя физического воспитания (тренера по виду спорта)».

Деловые качества	Личные качества

Методические указания по составлению плана – конспекта урока ФК

Конспект урока разрабатывается на основе рабочего плана и итогов предыдущего урока. Студент в устной форме намечает план предстоящего урока задачи, основные виды упражнений, порядок организации. Консультируется по намеченному плану с учителем физкультуры. После утверждения плана практикантом разрабатывается подробный конспект урока.

При подготовке конспекта необходимо использовать методическую литературу, записи наблюдений уроков учителя и товарищей по бригаде.

Работа над конспектом начинается с определения и формулирования задач урока.

1.**Обучающие (образовательные) задачи.**

Выделяют пять типовых уроков: вводный урок, урок изучения нового материала, урок совершенствования пройденного материала, контрольный (учетный) урок, урок смешанный.

Вводный урок проводится для ознакомления учащихся с задачами учебной работы на длительный период и требованиями, которые к ним будут предъявляться. Сообщаются теоретические сведения наиболее общего характера. Постановка задач на вводном уроке формулируется со словом «Ознакомить».

На урок *изучения нового материала* целесообразно планировать не более 2-х задач. Формулировка задачи отражает конечный результат данного урока: «Разучить», «Учить», «Обучать» и т.п.

Урок *совершенствования* изученного материала направлен углубленное изучение техники движений, тактики взаимодействий, совершенствование, изученного ранее материала в усложненных условиях. Формулировка задачи: «Повторить», «Закрепить», «Совершенствовать».

Контрольный урок предназначен для подведения итогов обучения по разделу программы. Главным итогом урока должно быть понимание каждым учащимся, почему он получил ту или иную оценку и знания путей повышения успеваемости. Формулировка задачи: «Оценить», «Принять», «Проверить».

Смешанный урок содержит примерно в равной пропорции элементы уроков других типов. В нем могут объединяться две-три разные задачи, например, «Разучить» и «Закрепить».

2.**Оздоровительные задачи.**

Решение оздоровительных задач связано с физическим развитием и подготовленностью учащихся определенного возраста, что означает направленность выполняемых упражнений на развитие физических качеств. Применяется слово «Развивать».

3.**Воспитательные задачи.**

Воспитательные задачи вытекают из содержания учебного материала. Например, «Разучить строевые упражнения: повороты, перестроения». При этом воспитывают организованность, дисциплинированность. Формулировка задачи: «Воспитывать».

Записи в конспекте должны быть краткими, но достаточно полными по смысловому содержанию. Допустимы сокращения слов, но лишь принятые в русском языке и в гимнастической терминологии.

В первой графе *«Часть урока, продолжительность»* обозначаются части урока и продолжительность каждой с учетом возможности варьирования времени в 1 и 2 минуты.

Во второй графе *«Содержание»* записываются построения и перестроения, упражнения в соответствии с их очередностью выполнения на уроке, действия учителя (сообщение задач урока и теоретических сведений), описывается игра или эстафета. Формулируются образовательные задачи, поставленные на данный урок и средства их решения.

В третьей графе *«Дозировка»* обозначаются: все передвижения – в метрах или минутах; ОРУ, эстафеты, двигательные действия (прыжки в длину) – в количестве раз исполнения; игры – во времени. Дозировка указывается отдельно для мальчиков и девочек (по объему и интенсивности).

В четвертой графе *«Организационно-методические указания»* должны быть отражены методы обучения; методы организации деятельности учащихся на уроке; способы перестроения; методические приемы, применяемые при обучении; выделены наиболее важные детали техники упражнений, на которое следует обратить особое внимание в процессе обучения; даны указания по предупреждению типичных ошибок. Фиксируется порядок смены мест занятий, видов упражнений, намечаются методы проверки и оценки качества учебной работы занимающихся, записывается содержание домашних занятий. Записи могут быть пояснены рисунком или чертежом.

Рекомендуемая последовательность упражнений при составлении комплекса ОРУ для подготовительной части урока

1.Упражнения на ощущение правильной осанки («потягивания»);
2. Упражнения для рук и плечевого пояса (плечи вверх-вниз, вперед-назад; круговые движения кистями, предплечьями, руками);
3. Упражнения для мышц туловища (наклоны, повороты, сгибания-разгибания, круговые движения);
4.Упражнения для мышц шеи (наклоны, повороты);
5.Упражнения для мышц ног (выпады, приседы);

6.Упражнения в седе и положении лёжа общего воздействия;
7.Маховые движения ногами;
8.Подскоки или прыжки в чередовании с ходьбой;
9. Восстанавливающая дыхание ходьба на месте с движениями рук.

КОНСПЕКТ УРОКА ФК

Для_____

Задачи урока:

Образовательные_____

_____

Оздоровительные_____

Воспитательные_____

Тип урока (занятия)

_____

Оборудование и инвентарь _____

Место проведения _____

Время _____ дата _____

Часть урока, продолжи-тельность	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»
Екатеринбургский колледж физической культуры ФГБОУ ВО «УралГУФК»
Кафедра Теории и методики физической культуры

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

по дисциплине Методика физической культуры
(МДК 03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре)

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ШКОЛЕ

Выполнил(а) студент(ка) группы …

ФИО_____

Проверил(а)

ФИО_____

Екатеринбург 2016

Приложение Б

СОДЕРЖАНИЕ

Введение…… 3

1.Теоретическая часть……. 6

1.1Методическая (научно - методическая) работа как составная часть совершенствования педагогического мастерства педагога…

1.3Комплексное учебно-методическое обеспечение образовательного процесса (КУМО)……..

1.4.Учебно – методические материалы (учебно - методический комплекс) по ФК в СОШ……

2.Практическая часть (задание)…….

Заключение……

Список использованных источников……

Приложение В

Примеры библиографического описания различных видов печатных изданий в соответствии с ГОСТом 7.1-2003.

Книги С 1 автором.

Бернштейн, Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн – М.: ФиС, 1991. – 288 с.

С 2-я авторами.

Фомин, Н.А. Физиологические основы двигательной активность /Н.А. Фомин, Ю.Н. Вавилов. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 224 с.

С 3-я авторами.

Ивойлов, А.В. Волейбол. / А.В. Ивойлов, К.Б. Герман, А.К. Ахмеров - М.: ФиС, 1972. - 34 с.

Книги с редактором.

Физиология человека: Учебник для вузов физ. культуры и факультетов физ. воспитания педагогических вузов / под общ. ред. В.И. Тхоревского – М.: Физкультура, образование и наука, 2001. – 492 с.

Журнальные статьи с 1 автором.

Верхошанский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории и методики спортивной тренировки / Ю.В. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 8. – С. 21-28.

Журнальные статьи с 2-я авторами.

Рогозкин, В.А. Генетические маркеры физической работоспособности человека /В.А. Рогозкин, И.Б. Назаров // Теория и практика физической культуры, 2000. – №12. – С. 34-36.

Статьи из сборников научных трудов, тезисов докладов научных конференций с I автором.

Кузьмин, А.М. О критериях профессиональной воспитанности студентов / А.М. Кузьмин// Педагогические инновации по педагогике, спорту и туризму: сб.

материалов / под ред. А.Я. Наина. В.Г. Камалетдинова: УралГАФК – Челябинск, 2000. – С. 43-44.

с 2-3-я авторами.

Фарафонтов, М.Г. Использование мультимедийных средств при формировании двигательных навыков / М.Г. Фарафонтов, Л.В. Цивилёва, М.А. Гринёв // Современные информационные технологии в физической культуре и спорте: Тез.докладов Международной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования Удмуртского гос. ун-та / под обш. ред. проф. П.К. Петрова. Ижевск: Издательский дом «Удмуртский университет», 2001. – С. 44-45.

Автореферат диссертации.

Вашляев, Б.Ф. Оптимизация тренировочных воздействий в подготовке квалифицированных конькобежцев-многоборцев: автореф. дисс. канд. пед. наук / Б.Ф. Вашляев; ТГУ, Тюмень, 2000. – 25 с.

Электронный ресурс.

Русский орфографический словарь РАН [Электронный ресурс] / под ред. В.В. Лопатина – Электрон.дан. – М.: Справочно-информационный интернет-портал «Грамота. Ру», 2005. – Режим доступа: http://www.slovari.gramota.ru/свободный.