Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Кафедра Теории и методики физической культуры

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович,
o=Екатеринбургский институт
физической культуры (филиал) ФГБОУ
ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по
УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.06.26 16:16:03 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе

Салимов М.И.
«18» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ»

по направлению подготовки

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Квалификация (степень)
Магистр

Екатеринбург 2024

Рабочая программа дисциплины *«Обучение двигательным действиям»* подготовлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (реквизиты ФГОС – утвержден приказом Министерства образования и науки № 946 от 19.09.2017г.).

Настоящая рабочая программа обсуждена и одобрена:

на заседании кафедры теории и методики физической культуры 18.04.2024, протокол № 8 на заседании методического совета 18.04.2024, протокол №8

Разработчики:

Доцент к.п.н. И.Р. Вашляева

Профессор к.п.н. Б.Ф. Вашляев

I. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Направлена на повышения научно-методического уровня магистрантов.

Дисциплина *«Обучение двигательным действиям»* является предшествующей дисциплиной для последующего изучения следующих дисциплин:

– Психомоторное развитие ребенка в норме и при патологии.

– Биомеханика физических упражнений.

– Физическая культура по адаптированным программам в общеобразовательных организациях.

– Физическая культура обучающихся специальных медицинских групп в СПО и ВО.

– Адаптивная двигательная рекреация и реабилитация.

II. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Цель изучения дисциплины:

Формирование научно-методических подходов будущего педагога к освоению методологических и содержательных проблем процесса обучения двигательным действиям.

Задачи дисциплины:

- изучение проблем процесса обучения двигательным действиям в физической культуре и возможных путей их разрешения;
- проведение теоретических и практических учебных занятий по физической культуре в институте.

Изучение дисциплины направлено на приобретение обучающимися следующих компетенций:

ОПК-2.Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в основных видах АФК, в том числе, в специальных медицинских группах в образовательных организациях высшего образования

ОПК-2.1.Знает: - организацию и содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию в т.ч. в специальных медицинских группах в образовательных организациях всех типов и видов образования

ОПК-2.2 Умеет - подбирать наиболее эффективные методы обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья в соответствии с образовательной деятельностью.

ОПК-2.3.Имеет опыт: - проведения занятий по адаптивному физическому воспитанию в специальных медицинских группах в образовательных организациях всех типов и видов в соответствии с учебно-методическим

обеспечением образовательного процесса

III. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часа.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
Контактная работа	**37**	**37**
В том числе:		
Лекция	10	10
Практические занятия	26	26
Контактные часы на аттестацию	1	1
Самостоятельная работа	**35**	**35**
В том числе:		
Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса		
Практикум по учебной дисциплине с использованием программного обеспечения		
Формы контроля	**1**	**зачёт**
Зачеты	**72**	

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часа.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
Контактная работа	**28**	**28**
В том числе:		
Лекция	8	8
Практические занятия	18	18
Контактные часы на аттестацию	2	2
Самостоятельная работа	**40**	**40**
В том числе:		
Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса		
Практикум по учебной дисциплине с использованием программного обеспечения		
Формы контроля	4	**зачёт**
Зачеты	72	

IV. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Разделы и темы дисциплины и виды занятий
Очная форма обучения. 1 курс. 1 семестр

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Виды занятий		
			Самостоятельная работа	Лекция	Практические занятия
Раздел 1. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.					
1.1	Знания и их виды: наглядно-чувственные, словесно-логические.	4	2	1	1
1.2	Двигательное умение. Двигательный навык.	4	2	1	1
1.3	Процесс овладения двигательными действиями. Взаимодействие и перенос (положительный и отрицательный) навыков.	4	2		2
1.4	Проблема формирования знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения	4	2		2
Раздел 2. Структура процесса обучения двигательным действиям.					
2.1	Последовательность процесса обучения двигательному действию.	4	2		2
2.2	Этапы обучения, их цель и задачи, решаемые на этапах обучения.	4	2	1	1
2.3	Управление процессом обучения.	4	2		2
2.4	Ошибки, группы ошибок: грубые, значительные и незначительные, типичные и нетипичные, стабильные и нестабильные.	4	2	1	1
2.5	Причины двигательных ошибок и пути их исправления.	4	2		2
Раздел 3. Особенности обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.					
3.1	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5	2	1	2
3.2	Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5	2	1	2
3.3	Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»	6	3	1	2
3.4	Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом	6	3	1	2
3.5	Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга	6	3	1	2
3.6	Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	7	4	1	2
	зачёт	**1**			
	За 1 курс, 1 семестр	**72**	**35**	**10**	**26**
	Итого за период обучения	**72**	**35**	**10**	**26**

Заочная форма обучения. 1 курс. 1 семестр

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Виды занятий		
			Самостоятельная работа	Лекция	Практические занятия
Раздел 1. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.					
1.1	Знания и их виды: наглядно-чувственные, словесно-логические.	4	2	1	1
1.2	Двигательное умение. Двигательный навык.	4	2	1	1
1.3	Процесс овладения двигательными действиями. Взаимодействие и перенос (положительный и отрицательный) навыков.	3	2		1
1.4	Проблема формирования знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения	3	2		1
Раздел 2. Структура процесса обучения двигательным действиям.					
2.1	Последовательность процесса обучения двигательному действию.	3	2		1
2.2	Этапы обучения, их цель и задачи, решаемые на этапах обучения.	4	2	1	1
2.3	Управление процессом обучения.	3	2		1
2.4	Ошибки, группы ошибок: грубые, значительные и незначительные, типичные и нетипичные, стабильные и нестабильные.	4	2	1	1
2.5	Причины двигательных ошибок и пути их исправления.	3	2		1
Раздел 3. Особенности обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.					
3.1	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5	3	1	1
3.2	Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5	3	1	1
3.3	Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»	6	4		2
3.4	Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом	6	4		2
3.5	Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга	6	4	1	1
3.6	Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	7	4	1	2
	зачёт	**6**			
	За 1 курс, 1 семестр	**66**	**40**	**8**	**18**
	Итого за период обучения	**72**	**35**	**10**	**26**

4.2 Сведения об удельном весе занятий, проводимых в активных и интерактивных формах

№	Наименование темы	Всего аудиторных часов	Занятия, проводимые в активных и интерактивных формах (в часах)									
			Лекция	Практические занятия	Лабораторное занятие	Контактные часы на аттестацию	Консультации по	Руководство	Рецензирование	Председатель	Секретарь	Член комиссии
1	Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.	8	2	6								
1.1	Знания и их виды: наглядно-чувственные, словесно-логические.	2	1	1								
1.2	Двигательное умение. Двигательный навык.	2	1	1								
1.3	Процесс овладения двигательными действиями. Взаимодействие и перенос (положительный и отрицательный) навыков.	2		2								
1.4	Проблема формирования знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения	2		2								
2.	Структура процесса обучения двигательным действиям.	10	2	8								
2.1	Последовательность процесса обучения двигательному действию.	2		2								
2.2	Этапы обучения, их цель и задачи, решаемые на этапах обучения.	2	1	1								
2.3	Управление процессом обучения.	2		2								
2.4	Ошибки, группы ошибок: грубые, значительные и незначительные, типичные и нетипичные, стабильные и	2	1	1								

	нестабильные.											
2.5	Причины двигательных ошибок и пути их исправления.	2		2								
3.	Особенности обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	18	6	12								
3.1	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	3	1	2								
3.2	Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	3	1	2								
3.3	Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»	3	1	2								
3.4	Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом	3	1	2								
3.5	Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга	3	1	2								
3.6	Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	3	1	2								
	Итого аудиторных часов в интерактивных формах в тематическом плане:	**36**										
	Итого аудиторных часов в учебном плане:	**37**	**10**	**26**		**1**						
	%	**0%**										

V. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

5.1. Тематический план самостоятельной работы обучающихся (очная форма)

№ темы	Наименование темы	Вид самостоятельной работы	Время
1.1	Знания и их виды: наглядно-чувственные, словесно-логические.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
1.2	Двигательное умение. Двигательный навык.	Изучение литературных источников.	2
1.3	Процесс овладения двигательными действиями. Взаимодействие и перенос (положительный и отрицательный) навыков.	Изучение и анализ практического опыта.	2
1.4	Проблема формирования знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения	Изучение литературных источников.	2
2.1	Последовательность процесса обучения двигательному действию.	Изучение и анализ практического опыта.	2
2.2	Этапы обучения, их цель и задачи, решаемые на этапах обучения.	Изучение литературных источников.	2
2.3	Управление процессом обучения.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
2.4	Ошибки, группы ошибок: грубые, значительные и незначительные, типичные и нетипичные, стабильные и нестабильные.	Изучение и анализ практического опыта.	2
2.5	Причины двигательных ошибок и пути их исправления.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
3.1	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
3.2	Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	Изучение литературных источников.	2
3.3	Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»	Изучение и анализ практического опыта.	3
3.4	Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом	Изучение и анализ практического опыта.	3
3.5	Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга	Изучение и анализ практического опыта.	3

3.6	Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	Изучение и анализ практического опыта.	4
		Итого:	**35**

3.2. Тематический план самостоятельной работы обучающихся (заочная форма)

№ темы	Наименование темы	Вид самостоятельной работы	Время
1.1	Знания и их виды: наглядно-чувственные, словесно-логические.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
1.2	Двигательное умение. Двигательный навык.	Изучение литературных источников.	2
1.3	Процесс овладения двигательными действиями. Взаимодействие и перенос (положительный и отрицательный) навыков.	Изучение и анализ практического опыта.	2
1.4	Проблема формирования знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения	Изучение литературных источников.	2
2.1	Последовательность процесса обучения двигательному действию.	Изучение и анализ практического опыта.	2
2.2	Этапы обучения, их цель и задачи, решаемые на этапах обучения.	Изучение литературных источников.	2
2.3	Управление процессом обучения.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
2.4	Ошибки, группы ошибок: грубые, значительные и незначительные, типичные и нетипичные, стабильные и нестабильные.	Изучение и анализ практического опыта.	2
2.5	Причины двигательных ошибок и пути их исправления.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	2
3.1	Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	Поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса	3
3.2	Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	Изучение литературных источников.	3
3.3	Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»	Изучение и анализ практического опыта.	4
3.4	Теория и методика формирования двигательных действий с заданным	Изучение и анализ практического опыта.	4

	результатом		
3.5	Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга	Изучение и анализ практического опыта.	4
3.6	Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями	Изучение и анализ практического опыта.	4
		Итого:	**40**

VI. ПРИМЕРЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины:

Теоретические вопросы для подготовки к промежуточной аттестации (Зачеты)

Вопросы и задания

1. Освоение двигательных навыков как результат обучения.
2. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.
3. Двигательные умения, основные черты двигательного умения и условия его образования.
4. Двигательный навык, его основные черты.
5. Перенос навыков.
6. Основные закономерности образования навыков, их значение для методики обучения.
7. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками: методы расчлененного упражнения, методы целостного упражнения, методы сопряженного воздействия.
8. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей: методы упражнений со стандартной нагрузкой, методы упражнений с переменной нагрузкой.
9. Практические методы обучения двигательным действиям: метод строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный метод.
10. Структура и этапы процесса обучения двигательным действиям.
11. Особенности методики обучения на этапе начального разучивания.
12. Особенности методики обучения на этапе углублённого разучивания.
13. Особенности методики обучения на этапе закрепления и совершенствования.
14. Особенности процесса обучения двигательным действиям в адаптив-

ной физической культуре.

15. Теория поэтапного формирования умственных действий как основа обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

16. Этапы формирования умственных действий в обучении двигательным действиям в адаптивной физической культуре

17. Теоретическая концепция «Искусственная управляющая среда»

18. Формирования двигательных действий с заданным результатом

19. Особенности обучения двигательным действиям инвалидов с нарушениями функций спинного мозга

20. Особенности обучения двигательным действиям детей с особыми образовательными потребностями.

Тест 1

1. Любое двигательное действие является физическим упражнением если оно….:

а) имеет образовательную направленность

б) имеет сложную структуру

в) является произвольным

2. Основными признаками двигательного навыка, отличающими его от умения, являются: высокая быстрота действий, стабильность, высокая прочность закрепления и практической деятельности, высокая надёжность и …

3. Установите правильную последовательность уровней регуляции движений, начиная с низшего:

– уровень действий

– уровень тонуса

– группа кортикальных уровней

– уровень пространства

– уровень согласованных действий

4. Установите правильную последовательность уровней освоения двигательного действия, начиная с низшего:

– усвоение изученного варианта действия, умение выполнять действие в стандартных условиях

– умение ориентироваться в ситуациях и разрабатывать новые программы принятия решений и действий

– умения и навыки распознания и классификации двигательных действий

– способность к выделению в действии закономерности решения задач данного класса

5. Одним из путей предупреждения ошибок в процессе обучения двигательным действиям является определение правильного регламента их выполнения – числа повторений и интервалов отдыха между ними:

а)

б) нет

Тест 2

1. Из перечисленных видов адаптивной физической культуры выберите те, в которых приоритет целей обучения двигательным действиям смещён не в сторону результата, а в сторону процесса его получения:

а) адаптивный спорт

б) адаптивная физическая культура

в) экстремальные виды двигательной активности

г) креативные телестно-ориентированные практики адаптивной физической культуры

д) адаптивная двигательная рекреация

е) адаптивная физическая реабилитация

2. Установите правильную последовательность этапов формирования умственных действий и понятий (по П.Я. Гальперину):

– формирование действий во внутренней речи (про себя)

– интериоризация действий – переход действий в умственный план

– составление схемы ориентированной основы действий

– предварительное ознакомление с целью действия, создание у обучаемых необходимой мотивации

– формирование действия как внешнереевого (в форме громкой речи)

– выполнение действия в материальном и материализованном виде

3. Использование подводящих упражнений и регуляторов движений является эффективным приёмом в обучении двигательным действиям детей с ЗПР и с лёгкой степенью умственной отсталости на этапе:

а) выполнение действий в материальном виде

б) формирование внешнеречевого действия

в) составление схемы ООД

г) формирование действия во внутренней речи

4. Выберите из перечисленных методических принципов тот, который относится к теоретической концепции «искусственная управляющая среда»:

а) установка на формирование ритмоскоростной основы будущего двигательного навыка за счёт тренажёрных устройств без существенных перестроек в процессе обучения

б) установка на формирование двигательного навыка поэтапно

в) создание обратной связи без разделения целостного действия

5. Теорию поэтапного формирования умственных действий и понятий (по П.Я. Гальперину) теоретическую концепцию «искусственная управляющая среда» (И.П. Ратов) и теоретическую концепцию формирования двигательных действий с заданным результатом (С.Е. Евсеев) объединяет то, что все они:

а) изначально разработаны для работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья

б) предполагают минимизацию ошибок в обучении двигательным действиям

в) требуют обязательного использования тренажёрных устройств

Вопросы к устному зачету/экзамену

Тематика рефератов (презентаций)

Презентации индивидуальных исследований в лаборатории.

Тематика контрольных работ

Анализ методик оценки физической подготовленности на основе общепринятых тестов.

Тематика курсовых работ

Не предусмотрено

VII. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1 Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учеб. пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E7692D5F-AE41-4FE4-9C2B-6DCBB020EA27 .

2. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям /М.М. Боген – М.: ФиС, 1985. – 192 с. — ISBN отсутствует.

3. Варфоломеева, З.С. Обучение двигательным действиям а адаптивной физической культуре. [Электронный ресурс] Учебное пособие./З.С. Варфоломеева, В.Ф. Воробьёв, Н.И. Сапожников, МС.Е. Шивринская – М.: Флинта, 2017. – 131 с. – ISBN 98-5-965-1528-4

4. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры и спорта/В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2012.- 416 с.

5. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом/под ред. Т.Ю. Торчкова. - М.: Академия, 2014. - 272 с.

6. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учеб. пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 153 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-05852-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA .

7.2 Дополнительная литература

1. Бишаева, А.А. Физическая культура/А.А. Бишаева.- М.: Академия, 2010.- 272 с.

2. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. – М.: ФиС, 1987. – 128 с.

3. Грачев, О.К. Физическая культура/ О.К. Грачев. - М.: МарТ, 2005.- 464 с.

4. Ланда, Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности/ Б. Х. Ланда.- М.: Сов. спорт, 2006. – 208 с.

5. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры /Л.П. Матвеев. - М.: Лань, 2005.- 544 с.

6. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений /Л.Д. Назаренко. – М.: Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2002. – 240 с.

7. Селуянов, В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н. Селуянов. – М.: 2001. – 400 с.

8. Смирнова, Л.А. Общеразвивающие упражнения для младших школьников / Л.А. Смирнова. – М.: ВЛАДОС, 2002. – 160 с.

9. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э.Я. Степаненкова. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 188 с.

10. Теория и методика физической культуры/под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Сов спорт, 2004.- 464 с.

11. Физическая культура/авт.- сост. А. Ю. Патрикеев.- Волгоград: Учитель, 2013.- 95 с.

12. Физическая культура/авт.-сост. Р. Р. Хайрутдинов.- Волгоград: Учитель, 2013.- 162 с.

13. Физическое воспитание в 1-4 классах общеобразовательной школы / под ред. Е.Н. Ворсина. – М.: ПКИП «Асар», 1995. – 176 с.

14. Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта/Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2009. - 144 с.

15. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта/Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2012.- 480 с.

16. Якубовская, А.Р. Комплекс оздоровительных занятий для лиц старшего возраста/А.Р. Якубовская М.: Сов. спорт, 2005.- 50 с.

17. Янсон, Ю.А. Уроки физической культуры в школе. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2009. - 432 с.

7.3. Рекомендуемая литература:

Не предусмотрено

VIII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Программное обеспечение

Свободно распространяемое программное обеспечение: ROSA Linux Desktop, LibreOffice, GIMP

Лицензионное программное обеспечение: Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита), система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз»

8.2 Материально-техническое обеспечение

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

VIII. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Основными видами учебных занятий являются: лекции, практические занятия и самостоятельная работа студентов. Технология обучения носит традиционный характер с использованием презентаций лекционного материала.

Лекции составляют основу теоретического обучения и проводятся с целью дать систематизированные основы теоретических знаний по дисциплине, сконцентрировать внимание студентов на наиболее сложных и узловых вопросах, стимулировать их активную познавательную деятельность и способствовать формированию творческого мышления.

Практические занятия проводятся с целью формирования практических умений и приобретения навыков в решении задач.

Самостоятельная работа студентов является составной частью их учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний, умений и навыков, поиск и приобретение новых знаний. Самостоятельная работа предусматривает как аудиторную, таки внеаудиторную работу.

После изучения каждой темы студенты выполняют контрольную работу.

Оценка учебных достижений студентов осуществляется с использованием балльно-рейтинговой системы.