

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Врио директора Института физического
воспитания

А.Г. Черноштан
«30» мая 2023 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине

Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Научная специальность

**«5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая
подготовка»**

Форма обучения

очная

Образовательная программа высшего образования – программа подготовки
научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре

Форма обучения – очная

Курс – 2 курс, ОФО (3,4 семестр)

Разработчик:

доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики
физического воспитания
Ротерс Т.Т.

Заведующий кафедрой теории и
методики физического воспитания

А.Г. Черноштан
«30» мая 2023 г.

Луганск, 2023

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на овладение следующими компетенциями:

Общепрофессиональные:

- ОПК 1 – владение методологией и методами педагогического исследования;
- ОПК 8 – готовность к преподавательской деятельности по основным образовательным программам высшего образования;

Профессиональных:

- ПК 1 – готовность к проведению научных исследований по специальности номенклатуры специальностей научных работников;
- ПК 2 – способность самостоятельно приобретать новые знания и умения с помощью технологий электронного обучения и использовать их в практической деятельности;
- ПК 3 – способность осуществлять комплексное исследование на основе целостного системного научного мировоззрения;
- ПК 4 – способность планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва;
- ПК 10 – готовность и способность вести исследовательскую деятельность в своей профессиональной области; актуализировать ее научные результаты.

1.2. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Введение в предмет. Значимость теоретико-методических основ профессии. Особенности методологии и логики научного исследования в практике физического воспитания и спорта	ОПК 1	Выполнение практических заданий
Общие и специфические функции физической культуры. Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Общая характеристика физического воспитания: исходные понятия, направленность, средства, методы, принципы.	ОПК 8	Выполнение практических заданий
Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта.	ПК 1	Выполнение практических заданий

Особенности методологии и логики научного исследования в практике физического воспитания и спорта		
Основные аспекты содержания и методики физического воспитания.	ПК 2	Выполнение практических заданий
Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры.	ПК 3	Выполнение практических заданий
Основные аспекты содержания и методики физического воспитания и спорта.	ПК 4	Выполнение практических заданий
Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности людей разного возраста. Теоретико-методологические и методические проблемы профессионально-прикладной физической культуры.	ПК 10	Выполнение практических заданий
Итоговая аттестация		Кандидатский экзамен

1.3. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ОПК 1	Знать: теоретико-методические основы профессии, Особенности методологии и логики научного исследования в практике физического воспитания и спорта. Уметь: использовать теоретико-методологические знания для повышения эффективности педагогической деятельности в области физической культуры и спорта. владеть: владение методологией и методами педагогического исследования.
ОПК 8	Знать: Общие и специфические функции физической культуры. Виды, разновидности и структуру физической культуры в обществе. Общую характеристику физического воспитания: исходные понятия, направленность, средства, методы, принципы. Уметь: повышать свой профессиональный уровень в различных направлениях физического воспитания, применять теоретические знания в преподавательской деятельности по основным образовательным программам высшего образования. Владеть: готовностью к преподавательской деятельности по основным образовательным программам высшего образования
ПК 1	Знать: методы и методики научных исследований в образовательной деятельности; технологии научных исследований в области физической культуры. Уметь: выполнять научные исследования в области физической культуры и использовать их результаты в целях повышения эффективности педагогической деятельности;

	Владеть: готовностью к проведению научных исследований по специальности номенклатуры специальностей научных работников
ПК 2	<p>Знать: основные аспекты содержания и методики физического воспитания</p> <p>Уметь: отбирать, анализировать и систематизировать содержательное наполнение программно-нормативных материалов с помощью технологий электронного обучения.</p> <p>Владеть: способностью самостоятельно приобретать новые знания и умения с помощью технологий электронного обучения и использовать их в практической деятельности;</p>
ПК 3	<p>Знать: Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры</p> <p>Уметь: выявлять и формировать актуальные научные проблемы комплексного исследования физической культуры, оздоровительной физической культуры и прикладной физической подготовки, обобщать и практически оценивать полученные результаты.</p> <p>Владеть: способностью осуществлять комплексное исследование на основе целостного системного научного мировоззрения;</p>
ПК 4	<p>Знать: Основные аспекты содержания и методики физического воспитания и спорта.</p> <p>Уметь: анализировать процесс физического воспитания, выявлять направленность специальной физической подготовки в различных видах спорта, планировать содержание занятий различными видами спорта во внеурочной деятельности.</p> <p>Владеть: способностью планировать деятельность по обеспечению и сопровождению подготовки спортивных сборных команд, спортсменов высокого класса и спортивного резерва;</p>
ПК 10	<p>Знать: физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности людей разного возраста. Теоретико-методологические и методические проблемы профессионально-прикладной физической культуры.</p> <p>Уметь: выполнять научные исследования области физической культуры и использовать их результаты в целях повышения эффективности педагогической деятельности;</p> <p>Владеть: готовность и способность вести исследовательскую деятельность в своей профессиональной области; актуализировать ее научные результаты.</p>

1.4. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
3-4 семестр	
Работа на занятии	50
Контроль самостоятельной работы, реферат	50
Итого за семестр:	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбал- льная система оценивания экзамена	100- балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оцени- вания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетво- рительно	63–74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетво- рительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетво- рительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы	Не зачтено

		не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства текущего контроля (кандидатский экзамен)

Вопросы для устной беседы:

1. Факторы возникновения и развития физической культуры. Исторический характер развития физического воспитания и спорта.
2. Социальная значимость физической культуры, ее роль место в социокультурном и образовательном пространстве. Общие и специфические функции физической культуры как социальной сферы.
3. Отечественная система физической культуры как современный этап развития системы физического образования П.Ф. Лесгафта.
4. Общая характеристика идейных, социально-экономических, организационных, правовых, программно-нормативных и научно-методических основ отечественной системы физической культуры.
5. Сущность и содержание цели, задач и функций отечественной системы физической культуры.
6. Сущность и содержание принципов физической культуры как социальной сферы: принципа всестороннего гармонического развития личности; принципа связи физического воспитания с трудовой и военной практикой; принципа оздоровительной направленности.
7. Физические упражнения – основное средство физического воспитания и спортивной подготовки. Педагогическая классификация физических упражнений. Характеристика основных и дополнительных средств физического воспитания и спорта.
8. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений на человека.
9. Факторы, определяющие качество и эффективность обучения физическим упражнениям и их освоения.
10. Сущность и содержание понятий: «движение», «двигательное

действие», «физическое упражнение», «двигательная активность», «двигательная деятельность», «физическая активность».

11. Понятие о технике и стандартной технике физического упражнения. Типовая и персональная индивидуализация техники. Частитехникофизическогоупражнения.

Критерииэффекивноститехникофизическогоупражнения.

12. Общая и частная теории обучения движениям, двигательным действиям и освоения двигательной активности, двигательной деятельности. Общие и частные (на примере избранного вида спорта) закономерности и принципы формирования движений, и их освоения человеком.

13. Основные этапы формирования и освоения человеком движений. Сущность, психолого-педагогическое и психофизиологическое содержание этапа ознакомления с физическим упражнением, целостной двигательной активностью, двигательной деятельностью.

14. Сущность, психолого-педагогическое и психофизиологическое содержание этапа формирования и освоения двигательного умения.

15. Сущность, психолого-педагогическое и психофизиологическое содержание этапа формирования и закрепления двигательного навыка.

16. Сущность, психолого-педагогическое и психофизиологическое содержание этапа формирования и освоения умений применять двигательный навык в различных условиях.

17. Общие и специфические принципы физического воспитания, спортивной подготовки. Принципы сознательности и активности, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.

18. Принципы доступности и индивидуализации, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.

19. Принципы прочности и прогрессирования, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.

20. Общие и специфические методы физического воспитания и спортивной подготовки, их определение и классификация.

21. Особенности использования методов слова в процессе физического воспитания и спортивной подготовки детей разного возраста.

22. Особенности использования методов наглядного воздействия в процессе физического воспитания и спортивной подготовки детей разного возраста.

23. Особенности использования практических методов обучения в физическом воспитании и спортивной подготовке детей разного возраста.

24. Комплексное использование методов физического воспитания и спортивной подготовки в процессе их физической активности.

25. Общая и частная методика физического воспитания людей разного возраста.

26. Сущность и содержание методов развития физических качеств в процесс физического воспитания людей разного возраста.

27. Физическая нагрузка, ее определение, основные компоненты. Виды отдыха, интервалы отдыха, их характеристика. Зонымощности,

соотношением между объемом и интенсивностью физической нагрузки.

28. Физические качества, их характеристика. Общие и частные закономерности развития у людей разного возраста.

29. Общие и частные принципы и методы развития физических качеств у людей разного возраста.

30. Взаимосвязь физического воспитания с эстетическим, нравственным и трудовым воспитанием в процессе физического воспитания людей разного возраста (по целям, задачам, принципам, методам, средствам).

31. Интеллектуальная и профессионально-прикладная подготовка в процессе физического воспитания и.

32. Характеристика процесса научного исследования в области физической культуры. Методы научного исследования в области физической культуры.

33. Взаимосвязь теоретических и эмпирических методов научного исследования в области физической культуры.

34. Организация занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего образования.

35. Методика занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего образования.

36. Организация внеурочных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

37. Методика проведения внеурочных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

38. Планирование учебных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

39. Планирование внеурочной работы по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

40. Педагогическое руководство внеурочной работой в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

41. Построение урока (занятия) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

42. Методическое обеспечение уроков (учебных занятий) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

43. Методическое обеспечение внеурочных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего

образования.

44. Материальное обеспечение уроков (учебных занятий) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

45. Порядок выбора вида уроков (учебных занятий) с учетом предметного содержания и решаемых задач физического воспитания в школе.

46. Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

47. Организация спортивно-массовых мероприятий в школе, гимназии, лицее, колледже с учащимися разного возраста и пола.

48. Организация взаимодействия между преподавателем по физической культуре и родителями при решении образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания и спортивной подготовки учащихся.

49. Организация взаимодействия между преподавателем по физической культуре, классным руководителем и другими представителями школьного педагогического коллектива при решении образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания и спортивной подготовки учащихся.

50. Организация взаимодействия между преподавателем по физической культуре и администрацией школы при решении образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физического воспитания и спортивной подготовки учащихся.

51. Действия педагога по активизации познавательной и двигательной активности учащихся и их единства на уроках (учебных занятиях) по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего профессионального образования.

52. Составление и обоснование годового плана прохождения программы (учебного плана) по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего образования.

53. Составление и обоснование четвертного (семестрового) плана прохождения программы (учебного плана) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего образования.

54. Порядок постановки в системе физического воспитания и спортивной подготовки учащихся разного возраста воспитательных, образовательных и оздоровительных задач на учебный год.

55. Составление и обоснование плана, плана-конспекта занятия по физической культуре, тематического плана по одному из разделов физической культуры.

56. Организация контрольных испытаний (тестирования) в системе физического воспитания и спортивной подготовки учащихся.

57. Организация, обеспечение и проведение учебно-тренировочного занятия и соревнования по избранному виду спорта.

58. Организация и проведение контроля состояния и качества уроков по физической культуре с учащимися.

59. Порядок стимулирования и оценивания успеваемости учащихся по физической культуре. Анализ успеваемости учащихся за четверть и учебный год, учет ее результатов при планировании физической культуры на очередной учебный год.

60. Порядок учета посещаемости занятий и успеваемости учащихся по физической культуре. Анализ посещаемости занятий учащимися и учет его результатов при планировании физической культуры на очередной учебный год.

61. Организация занятий по физической культуре с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.

62. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в малокомплектной сельской школе.

63. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в школах с режимом полного дня.

64. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в дошкольном образовательном учреждении.

65. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в учреждении общего среднего образования.

66. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в учреждении среднего профессионального образования.

67. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в учреждении высшего образования.

68. Организация и проведение форм занятий по физической культуре со студентами педагогических вузов.

69. Организация и проведение форм занятий по физической культуре со студентами непедагогических вузов.

70. Организация и проведение занятий по физической культуре с людьми зрелого, пожилого и старческого возраста.

71. Организация, содержание и особенности методики спортивно-массовой работы (учебно-тренировочных занятий, соревнований, спортивных праздников и т.д.) в общеобразовательной школе.

72. Система массовых соревнований учащихся по избранному виду спорта. Их значение, виды, особенности организации и проведения.

73. Новые спортивно-оздоровительные технологии в физическом воспитании: классификация и характеристика.

74. Биомеханические аспекты природы возникновения и профилактики травм.

75. Организация социологических исследований физической культуры.

76. Методы исследования психических процессов, психических

состояний и свойств личности.

77. Организация гигиенического и медико-биологического обеспечения занятий по физическому воспитанию.

78. Физическая культура в образе жизни девушки и женщины и ее возможности для подготовки к выполнению функций материнства.

79. Психология личности и деятельности учителя физической культуры. Социально-психологические аспекты физической культуры.

80. Организационно-методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями учащихся младшего, среднего и старшего школьного возраста.

81. Формы физического воспитания в общеобразовательной школе.

82. Урок как основная форма организации занятий по физическому воспитанию школьников. Задачи урока.

83. Методика проведения урока физической культуры с учащимися младшего школьного возраста.

84. Методика проведения урока физической культуры с учащимися среднего школьного возраста.

85. Методика проведения урока физической культуры с учащимися старшего школьного возраста.

86. Педагогический анализ, хронометрирование и пульсометрия как методы определения эффективности урока. Оценка успеваемости учащихся на уроке.

87. Особенности методики обучения движениям в школьные годы. Методика воспитания физических качеств в школьные годы.

88. Формы построения занятий в физическом воспитании. Урочные и неурочные формы занятий.

89. Структура урока. Основное методическое содержание частей урока и особенности их проведения. Факторы, обуславливающие построение занятия.

90. Значение физического воспитания во всестороннем воспитании детей раннего и дошкольного возраста. Средства физического воспитания, формы построения занятий и определяющие черты методики.

Лекции

Лекция № 1. Введение в курс «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка. Цели и задачи учебной дисциплины. Структура, требования. Возникновение и формирование общей теории физической культуры как интегративной научно-образовательной дисциплины. Физическая подготовка как компонент физического воспитания. Сущность профессиональной физической подготовки.

Лекция № 2. Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта. Сущность научной и методической деятельности в сфере физической культуры. Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания. Современные тенденции физического воспитания различных контингентов населения. Проблематика исследований различных направлений в сфере физической культуры и спорта. Дидактические проблемы базового физического воспитания. Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов системы физического воспитания.

Лекция № 3. Исходные понятия и предмет, направленность. Понятийно-терминологический аппарат (физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовка, физическая подготовленность, система физического воспитания, физическое совершенствование и др. Взаимосвязь понятия «Физическая культура» с другими понятиями – «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «адаптационная физическая культура» и др.

Лекция № 4. Особенности методологии и логики научного исследования в практике физического воспитания и спорта. Основные методы исследований в физическом воспитании и их краткая характеристика (эксперимент, наблюдение, хронометрирование, контрольные испытания, методы математической статистики). Особенности проведения научных исследований в практике физического воспитания.

Лекция № 5. Функции, система и принципы физической культуры. Физическая культура как социальное явление, ее структура и функции. Становление и основные этапы развития обобщающих научных знаний о физической культуре. Важнейшая тенденция развития современного научного знания о физической культуре. Общая характеристика системы физического воспитания, ее основы (идеологические, научно-методические, программно-нормативные, организационные). Основные принципы физической культуры.

Лекция № 6. Цель, задачи, средства и методы в физической культуре и спорте. Цель и задачи физической культуры различных контингентов населения. Средства физического воспитания. Общепедагогические и специальные методы, используемые в физическом воспитании.

Лекция № 7. Классификация физических упражнений, нагрузка и адаптация в физической культуре и спорте. Понятие о классификации физических упражнений, ее роль в физической культуре. Характеристика наиболее распространенных классификаций. Форма организации занятий по физическому воспитанию. Классификация форм занятий. Сущность физической нагрузки и адаптации в физической культуре. Эффект физических упражнений (ближайший, отложенный, кумулятивный).

Лекция № 8. Дозирование нагрузок, контроль за самочувствием занимающихся физической культурой и спортом. Понятие о нагрузке и отдыхе как основных компонентах управления физическим развитием человека. Характеристика основных параметров дозирования нагрузки. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических способностей. Проблема типологии методов развития физических способностей, их специфические особенности. Основные методы контроля за самочувствием занимающихся. Объективные и субъективные методы контроля самочувствия.

Лекция № 9. Обучение двигательным действиям. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Особенности обучения в физическом воспитании. Основные этапы разучивания двигательного действия. Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Особенности формирования двигательных навыков и умений в системе дошкольного воспитания, среднего, средне специального и профессионального высшего образования.

Лекция № 10. Методика развития физических качеств. Понятийное определение. Классификация физических качеств, основные закономерности и принципы их развития. Методика развития, функционирования и совершенствования силовых, скоростных и координационных качеств (способностей), выносливости и гибкости. Проблема «критических» или «чувствительных» (сензитивных) периодов онтогенетического развития физических способностей.

Лекция № 11. Формы построения занятий по физической культуре и профессионально-прикладной физической подготовке. Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Урок – как основная форма занятий физической культурой. Современная теория

структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий. Основные формы организации и проведения профессионально-прикладной физической подготовки.

Лекция № 12. Конструирование педагогического процесса по физической культуре и профессионально-прикладной физической подготовке. Цели и задачи конструирования педагогического процесса. Планирование как основной метод конструирования педагогического процесса по физической культуре и профессионально-прикладной физической подготовке. Виды планирования: перспективное, текущее, оперативное.

Лекция № 13. Физическое воспитание дошкольников. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Характеристика физического и психологического развития. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Цель, направленность, содержание и методика физического воспитания в системе дошкольного, образования. Оптимизация физкультурной деятельности в дошкольных, учреждениях. Физическое воспитание как средство становления личности.

Лекция № 14. Физическое воспитание школьников. Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста. Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания. Школьный урок физического воспитания (задачи, содержание, общая и моторная плотность урока). Домашнее задание по физкультуре.

Лекция № 15. Организация внеклассной работы по физической культуре. Сущность и особенности внеклассной работы в школе. Характеристика деятельности спортивного клуба в школе. Основные формы внеклассной работы в школе.

Лекция № 16. Физическое воспитание студенческой молодежи. Сущность физического воспитания студенческой молодежи. Основные формы проведения физического воспитания студентов. Характеристика программно-нормативных документов организации физического воспитания. Особенности методики проведения физкультурных занятий в учебное и внеучебное время.

Лекция № 17. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки. Средства и методы профессионально-прикладной физической культуры для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным и отрицательным факторам профессиональной деятельности. Средства и методы развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и формирования прикладных двигательных навыков представителей

различных профессий. Педагогические технологии в системе профессионально-прикладной физической культуры.

Лекция № 18. Физическая культура в период трудовой деятельности

Роль и место физической культуры в различные периоды трудовой деятельности. Направленность на развитие физических качеств и поддержание здоровья. Этапность и периодизация развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков в период трудовой деятельности. Характеристика основных форм занятий физической культурой. Основные физкультурно-оздоровительные технологии в различные периоды трудовой деятельности.

Практические занятия

Практическое занятие № 1. Характеристика паспорта научной специальности 5.8.4 «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка. Изучение паспорта научной специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка. Изучение методических рекомендаций и критериев доказательности научного исследования.

Задание. Определить какому направлению, согласно паспорту научной специальности относится тема диссертационного исследования.

Практическое занятие № 2. Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта. Основные формы научной деятельности в процессе обучения в вузе и в профессиональной деятельности. Сущность методической деятельности в практике физического воспитания и спорта.

Задание. В чем отличие научной деятельности от методической. Составить план педагогического наблюдения и протокол хронометрирования.

Практическое занятие № 3. Исходные понятия и образовательный и научный предмет дисциплины «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка». Какую роль играют понятия в процессе изучения учебной дисциплины. Перечислить и дать определения базовым понятиям дисциплины Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Задание. Выделить основные понятия, которые имеют место в диссертационной работе, в чем их смысл и как они транспортируются в дальнейшее научное исследование и его развитие.

Практическое занятие № 4. Особенности методологии и логики научного исследования в практике физического воспитания и спорта. Смысл понятий «методология», «логика», «научные исследования». Какое значение имеют научные исследования в практике физического воспитания (педагогические наблюдения, опрос и анкетирование, тестирование, методы математической статистики).

Задание. Проанализировать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» и определить требования к тестированию уровня развития физических качеств.

Проанализировать Федеральную рабочую программу по физической культуре и выделить исследовательские задания для обучающихся старших классов.

Практическое занятие № 5. Характеристика функций, системы, принципов физической культуры и подготовки научных кадров в

аспирантуре. Прогнозирование развития системы физической культуры в государстве и международном сообществе. Основы системы физического воспитания.

Характеристика исторически сложившихся форм (компонентов) физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека, специфические общекультурные и другие социальные функции физической культуры в обществе.

Задание. Проанализировать основные нормативные документы организации работы аспирантуры в Российской Федерации в современных условиях.

Практическое занятие № 6. Цели, задачи, средства и методы в практике физической культуры и спорта. Цели и задачи организации и обеспечения физического воспитания в системе дошкольного, среднего, среднеспециального и высшего образования. Разновидности средств и методов физического воспитания как целостная система взаимодействия.

Задание. Определить основную целевую направленность физического воспитания различных контингентов населения.

Выявить особенности применения методов в практике физического воспитания различных контингентов населения и этапов обучения.

Практическое занятие № 7. Характеристика основных групп классификаций физических упражнений, нагрузки и типов адаптации в физической культуре. Выделить основные признаки, по которым происходит классификация физических упражнений. Дать характеристику педагогической классификации. В чем сущность физиологической классификации. Что такое «адаптация к физическим нагрузкам»

Задание. Какие классификации имеют место в спортивной подготовке.

Практическое занятие № 8. Дозирование нагрузок. Контроль за самочувствием занимающихся. Понятие нагрузки при выполнении физических упражнений (конкретный пример). Контроль за физической нагрузкой педагогический и самоконтроль. Соотношение нагрузки и отдыха при выполнении физических упражнений.

Задание. Особенности дозирования физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениями. В чем сущность классификации физических нагрузок по ЧСС.

Практическое занятие № 9. Сущность обучения двигательным действиям в физическом воспитании. Характеристика основных этапов. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Особенности обучения двигательным действиям в соответствии с решением образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Задание. Выбрать этап обучения двигательным действиям и подобрать в соответствии с этапом выбрать средства, методы. Выделить типичные ошибки и обосновать причины их появления.

Практическое занятие № 10. Особенности методики развития физических качеств в различные возрастные периоды. Направленное развитие физических качеств как единый педагогический процесс. Физические качества и способности. Содержание и направленность методики. Понятие о сенситивных периодах развития физических качеств.

Задания. Проанализировать федеральную рабочую программу по физической культуре и определить средства и методы развития силовых способностей, гибкости, ловкости, выносливости. Разработать программу развития одного физического качества.

Практическое занятие № 11. Формы построения занятий по физической культуре. Методика проведения урока физической культуры. Почему урок физической культуры считается основной формой физического воспитания школьников. Какие формы физкультурно- оздоровительной работы в школе. Сущность понятия «методика».

Задание. Определить специфические особенности методики проведения уроков физической культуры для учащихся начальной школы, основной и старшей.

Практическое занятие № 12. Технология планирования учебного процесса по физической культуре. Планирование и организация работы по физическому воспитанию в школе. Тематическое и поурочное планирование учебной работы по ФВ. Основные этапы планирования.

Задание. Разработать вариант конспекта урока физической культуры для определенного класса. Для чего сформулировать цели и задачи учебно-воспитательного процесса, подобрать средства и методы, определить время и последовательность изучения учебного материала.

Практическое занятие № 13. Особенности физического воспитания дошкольников. Подготовка к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.

Задание. Анализ Федерального государственного стандарта дошкольного образования и федеральной рабочей программы по физической культуре.

Практическое занятие № 14. Практические аспекты физического воспитания школьников.

Содержание и особенности преподавания предмета «Физическая культура» в школе. Особенности содержания и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней (полной) школе.

Задание. Анализ Федерального государственного стандарта начального общего, основного общего и среднего общего образования (по выбору).

Практическое занятие № 15. Теория и практика организации внеклассной работы школьников по физической культуре. Сущность и направленность внеклассной работы, основные формы. Планирование внеклассной работы. Анализ содержания программного материала по видам спорта. Особенности проведения кружковой работы и дополнительного образования.

Задание. Разработать план проведения Дней здоровья, спортивно-оздоровительных мероприятий (по выбору).

Практическое занятие № 16. Особенности физического воспитания студенческой молодежи. Элективные дисциплины по физической культуре студентов. Сущность физкультурно-оздоровительной работы. Работа спортивного клуба

Задание. Определить особенности работы со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Практическое занятие № 17. Методические аспекты профессионально-прикладной физической подготовки. История развития и становления профессионально-прикладной физической культуры и ее видов. Взаимосвязь общефизических и профессионально важных физических качеств; перенос специальной физической тренированности.

Задание. Дать научное обоснование структуры и содержание базовых компонентов системы профессионально-прикладной физической культуры.

Практическое занятие № 18. Сущность физической культуры в период трудовой деятельности. Физическая культура в научной организации труда. Характеристика основных форм занятий физической культурой. Значение и задачи производственной физической культуры.

Задание. Подобрать основные физкультурно-оздоровительные технологии для проведения активного отдыха в различные периоды трудовой деятельности.