

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

Директор

Института физического  
воспитания и спорта

А. А. Губарев

«13» июля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И  
СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ

По направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Физкультурное образование

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная, заочная

Курс: 3 курс (6 семестр) ОФО; 5 курс (D семестр)

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиль «Физкультурное образование» очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 № 544н (с изменениями и дополнениями).

#### СОСТАВИТЕЛИ:

заведующий кафедры теории и методики физического воспитания, к.п.н., доцент  
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет»  
Богданова Е.В., старший преподаватель кафедры теории и методики  
физического воспитания ФГБОУ ВО «Луганский государственный  
педагогический университет» Фоменко А.В.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры теории и методики  
физического воспитания «24» 12 2024 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой ТМФВ  Е.В. Богданова

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического  
воспитания и спорта

Протокол от «14» 01 2025 г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии ИФВС  Т.В. Загной

#### СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования  В.В. Савенков

## Структура и содержание дисциплины

### 1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

**Цель изучения дисциплины** – сформировать у будущего специалиста комплекс знаний и умений, отражающих здоровьесберегающий и здоровьеразвивающий аспекты физической культуры и спорта; обеспечить освоение системы знаний в области физкультурно-оздоровительных технологий, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности в сфере оздоровительно-рекреативной физической культуры; научить подбирать и использовать основные критерии диагностики процесса адаптации организма человека к физическим нагрузкам с использованием современных компьютерных технологий для управления процессом оздоровительной тренировки; научить вырабатывать стратегию, моделировать построение физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом генотипологических особенностей (индивидуально-типологических особенностей, физического состояния) занимающихся.

#### **Задачи:**

- ознакомить с организацией физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в детских оздоровительных лагерях отдыха, которая позволяет охватить все возрастные категории детей и учитывает их интересы и потребности в занятиях физической культурой;
- ознакомить с методикой организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- раскрыть и реализовать творческие способности студентов, формировать у студентов гражданскую позицию;
- развитие, обучение и воспитание студентов посредством приобщения личности к освоению ценностей физической культуры;
- разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью;
- разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина **Организация и методика оздоровительной и спортивно-массовой работы** относится к «Выборочным учебным дисциплинам» к циклу «Дисциплины свободного выбора студентов». Курс связан со следующими учебными дисциплинами специальности «Физическая культура и спорт»:

- История физической культуры и спорта;
- Психология и педагогика;
- Теория физической культуры и спорта;
- Биология;
- Психология физической культуры и спорта.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	<b>ОПК-10.1 Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы менеджмента, управления персоналом;</li> <li>- основы эффективных коммуникаций;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе;</li> <li>- методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов;</li> <li>- нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;</li> <li>- методы оценки качества и результативности работы подчиненных;</li> <li>- типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> <li>- психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией;</li> <li>- основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</li> <li>- методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li> </ul>	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы менеджмента, управления персоналом;</li> <li>- основы эффективных коммуникаций;</li> <li>- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе;</li> <li>- методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов;</li> <li>- нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи;</li> <li>- методы оценки качества и результативности работы подчиненных;</li> <li>- типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> <li>- психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией;</li> <li>- основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;</li> <li>- методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li> </ul>
	<b>ОПК-10.2 Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения;</li> <li>- устанавливать и поддерживать деловые контакты,</li> </ul>	<b>Умеет:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения;</li> <li>- устанавливать и поддерживать деловые контакты,</li> </ul>

	<p>связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поддерживать учебную дисциплину во время занятий;</li> <li>- предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li> <li>- вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся;</li> <li>- определять цели и задачи деятельности спортивного актива;</li> <li>- контролировать и направлять работу спортивного актива;</li> <li>- определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><b>ОПК-10.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li> <li>- навыками составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий</li> </ul>	<p>связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поддерживать учебную дисциплину во время занятий;</li> <li>- предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях;</li> <li>- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</li> <li>- вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся;</li> <li>- определять цели и задачи деятельности спортивного актива;</li> <li>- контролировать и направлять работу спортивного актива;</li> <li>- определять состав и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>- оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><b>Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;</li> <li>- навыками составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- навыками распределения</li> </ul>
--	--	---

	<p>оздоровительного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</li> <li>- навыками руководства работой спортивного актива;</li> <li>- навыками организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>- навыками применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом;</li> <li>- навыками анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</li> </ul>	<p>задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками руководства работой спортивного актива;</li> <li>- навыками организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта;</li> <li>- навыками применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом;</li> <li>- навыками анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.</li> </ul>
--	---	---

#### 4. Структура и содержание дисциплины

##### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b> <b>(2,0 зач.ед)</b>	<b>72</b> <b>(2,0зач.ед)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> <b>в том числе:</b>		
Лекции	12	2
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия (в том числе интерактив)	12	6
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы (модули)	-	-
КСР	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-



Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i> )		-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>21</b>	<b>52</b>
Итоговая аттестация	<b>экзамен</b>	<b>экзамен</b>

## 4.2. Содержание разделов дисциплины

**Раздел 1.** Задачи, содержание, формы и организационно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы.

**Лекция № 1.** Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении.

**Лекция № 2.** Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях.

**Лекция № 3.** Теоретические основы организации и подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.

**Раздел 2.** Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях. Физкультурные мероприятия в режиме дня.

**Лекция № 1.** Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками.

**Лекция № 2.** Двигательная активность и ее роль в физическом развитии подрастающего человека.

**Лекция № 3.** Цели и задачи физического воспитания.

**Лекция № 4.** Закаливание как средство повышения адаптационных возможностей организма подрастающего человека.

**Раздел 3.** Массовая спортивная работа.

**Лекция № 1.** Внеклассные формы занятий физической культурой и спортом.

**Лекция № 2.** Работа в группах общей физической подготовки.

**Раздел 4.** Учебно-тренировочные занятия в кружках.

**Лекция № 1.** Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в школе.

**Лекция № 2.** Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно - массовые мероприятия.

**Раздел 5.** Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в оздоровительном лагере.

**Лекция № 1.** Организация физкультурно-оздоровительной спортивно-массовой работы в детских лагерях отдыха.

**Лекция № 2.** Спартакиада.

**Раздел 6. Спортивные праздники и соревнования. Туристская работа в оздоровительных лагерях.**

**Лекция № 1.** Организация физкультурно-спортивного праздника в лагере.

**Лекция №2.** Оздоровительная ценность туристской деятельности.

#### **4.3. Лекции**

<b>№ п/ п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Объем часов</b>	
		<b>Очная форма</b>	<b>Заочная форма</b>
1	<p><b>Раздел №1</b> Задачи, содержание, формы и организационно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p><b>Лекция № 1.</b> Концептуальные основы оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> <p><b>Лекция № 2.</b> Подходы и принципы оздоровительной работы в образовательных организациях.</p> <p><b>Лекция № 3.</b> Теоретические основы организации и подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий.</p>	1 1	1
2	<p><b>Раздел № 2.</b> Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях. Физкультурные мероприятия в режиме дня.</p> <p><b>Лекция № 1.</b> Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками.</p> <p><b>Лекция № 2.</b> Двигательная активность и ее роль в физическом развитии подрастающего человека.</p> <p><b>Лекция № 3.</b> Цели и задачи физического воспитания.</p> <p><b>Лекция № 4.</b> Закаливание как средство повышения адаптационных возможностей организма подрастающего человека.</p>	2	
3	<p><b>Раздел №3.</b> Массовая спортивная работа.</p> <p><b>Лекция № 1.</b> Внеклассные формы занятий физической культурой и спортом.</p> <p><b>Лекция №2.</b> Работа в группах общей физической</p>	1 1	
	подготовки.		



4	<b>Раздел №4.</b> Учебно-тренировочные занятия в кружках. <b>Лекция № 1.</b> Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в школе. <b>Лекция №2.</b> Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно - массовые мероприятия.	1  1	1
5	<b>Раздел №5.</b> Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в оздоровительном лагере. <b>Лекция № 1.</b> Организация физкультурно-оздоровительной спортивно-массовой работы в детских лагерях отдыха. <b>Лекция № 2.</b> Спартакиада.	1  1	
6	<b>Раздел №6.</b> Спортивные праздники и соревнования. Туристская работа в оздоровительных лагерях. <b>Лекция № 1.</b> Организация физкультурно-спортивного праздника в лагере. <b>Лекция №2.</b> Оздоровительная ценность туристской деятельности.	1  1	
<b>Итого:</b>		12	2

#### 4.4. Практические занятия.

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Задачи, содержание, формы и организационно-методические особенности физкультурно-оздоровительной работы.	2	1
2	Формы и методы оздоровительной работы в образовательных организациях. Физкультурные мероприятия в режиме дня.	2	
3	Массовая спортивная работа.	2	1
4	Учебно-тренировочные занятия в кружках.	2	
5	Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в оздоровительном лагере.	2	2
6	Спортивные праздники и соревнования. Туристская работа в оздоровительных лагерях.	2	2
<b>Всего</b>		<b>12</b>	<b>6</b>

#### 4.5. Лабораторные работы (не предусмотрены).

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/ п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Составить комплекс упражнений гимнастики до занятий и физкультминутки.	Конспект, реферат	1	3
2	Составить сценарий проведения спортивного часа в группе продлённого дня.	реферат	1	3
3	Составить план работы по туристической работе в школе и лагере отдыха.	Реферат, конспектирование	1	3
4	Составить сценарий проведения игр «Зарница» и «Орлёнок».	Реферат	1	3
5	Составить сценарий проведения «Весёлых стартов».	Реферат	1	4
6	Составить план-сетку физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в лагере отдыха	Реферат	1	4
7	Планирование спортивной работы в ДЮСШ	Реферат	1	4
8	Составить сценарий проведения «Дня здоровья» для учащихся 1-4, 5-9, 10-11 классов	Реферат	2	4
9	Физическая нагрузка: критерии, классификация, соотношение нагрузки и отдыха. Закономерности и особенности развития растущего организма. Возрастная периодизация. Сенситивные и критические периоды, их учет	Реферат	3	4
	при занятиях физической культурой и спортом.			

10	Разработать маршруты туристического похода с учётом возрастных особенностей детей и уровнем их подготовленности	конспект	1	4
11	Аэробика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий	Реферат	1	3
12	Атлетическая гимнастика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий.	Реферат	2	3
13	Шейпинг как научная комплексная система оздоровительной физической культуры: принципы, дозирование нагрузки, направленность тренировки, тестирование, питание и т.д.	Реферат	1	3
14	Характеристика стретчинг-системы: задачи, средства, особенности занятий.	Реферат	2	4
15	Понятие тренировки в фитнесе: задачи, средства, особенности проведения.	Реферат	1	3
<b>Итого:</b>			<b>21</b>	<b>52</b>

#### **4.7. Курсовые работы (не предусмотрены).**

### **5. Образовательные технологии**

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов *образовательных технологий*:

*К традиционным технологиям* относят лекционно-семинарскую систему (форму) обучения: сначала учебный материал преподносится лекционным методом, а затем прорабатывается (усваивается) на

семинарских, практических и самостоятельных занятиях, и результаты усвоения проверяются в форме зачетов и экзаменов.

Традиционным видом занятия является комбинированный урок со следующей структурой:

- организационный этап;
- этап проверки домашнего задания;
- этап всесторонней проверки знаний;
- этап усвоения новых знаний;
- этап закрепления новых знаний;
- этап информации и инструктаж по выполнению домашнего задания.

***Инновационные технологии*** – обучение на основании освещения передового опыта, инновационного движения и научных разработок. При чтении курса могут быть использованы следующие виды:

*педагогика сотрудничества* – гуманно-личностный подход к студенту;  
*игровые технологии*:

– ролевые игры, деловые игры, игровое моделирование, тренинги, имитации, компьютерные;

– педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса: программированное обучение, открытое обучение, свободное развитие, самореализация, на основе самоуправления, технология уровневой дифференциации, коллективный способ обучения, групповые технологии;

*информационные технологии в системе образования*:

– технология мультимедиа (интеграция аудиовизуальной информации (текст, графика, анимация) и представление ее на экране;

– интерактивный диалог пользователя с системой, самостоятельная деятельность по обработке информации), интерактивные лекции с применением мультимедиа технологии обучения, интернет – уроки, телеконференции, работа с поисковыми системами, совместные исследовательские работы студентов из различных учебных центров (метод проектов), дистанционное обучение;

При преподавании курса особенно активно используются игровые технологии и активные методы обучения. Для этого используются *следующие методические приемы*.

*Лекция – беседа* – непосредственный контакт преподавателя с аудиторией – диалог. По ходу лекции преподаватель задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности студентов по рассматриваемой проблеме.

*Лекция – дискуссия* – свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Преподаватель активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сталкивает между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

*Лекция с применением обратной связи.* В начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый для того, чтобы узнать насколько, студенты осведомлены в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса преподаватель возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

*Проблемная лекция.* Данный вид лекции опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача – содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

*Программированная лекция* – консультация – преподаватель сам составляет и предполагает обучаемым вопросы. На подготовленные вопросы преподаватель сначала просит ответить студентов, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В ходе проведения лекции достаточно эффективными являются следующие приемы активизации познавательной деятельности обучаемых: логико-композиционные (инверсия, контрастное сопоставление, интригующее начало, прерывистое изложение тезиса, экспрессивное заключение); психолого-педагогические (привлекательная форма объявления лекции, проблематизация ее содержания, вопросно-ответный ход рассуждений, рассмотрение проблемных ситуаций, опора на неопровержимые факты и убедительные примеры, использование литературных образов и цитат); речевые (использование разносторонней лексики; художественность изложения, интонационная выразительность и пр.); аудиовизуальные (использование структурно-логических схем, таблиц, графиков, кинофрагментов, картин, плакатов, видеозаписей, аудиозаписей, материализованных моделей изучаемых объектов).

Активные формы – 70%. Интерактивные – 30%.

## **6. Формы контроля освоения дисциплины.**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем (ями), ведущими практические

занятия по дисциплине в следующих формах: устный опрос. Подготовка докладов и рефератов.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного зачета (включает в себя ответ на теоретические вопросы).

### Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Текущее тестирование						Практические занятия						Сам	Экз	Итого
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	Т 5	Т 6	П 1	П 2	П 3	П 4	П 5	П 6			
2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	34	30	100

### Система оценивания учебных достижений студентов заочной формы обучения

Текущее тестирование						Практические занятия			Самостоятельная работа студента	Экз	Итого
T1	T2	T3	T4	T5	T6	П1	П2	П3			
3	3	3	3	3	3	8	8	8	30	30	100

### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырех балльная система оценивания экзамена	100 балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания 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	<b>83-89</b>	<b>В</b> – 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	<b>75-82</b>	<b>С</b> – 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	
Удовлетворительно	<b>63-74</b>	<b>Д</b> – 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	
Удовлетворительно	<b>50-62</b>	<b>Е</b> – посредственно – теоретическое	



		<p>содержание курса освоено частично;</p> <p>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</p>	
Неудовлетворительно	21-49	<p><b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы 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</p>	Не зачтено
Неудовлетворительно	0-20	<p><b>F</b> – 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</p>	

Реферат: Целью написания реферата является углубленное изучение заданной темы.

### ***Критерии оценки реферата:***

**1 балл** - Знание и понимание теоретического материала: – четкое и полное определение рассматриваемых понятий; – соответствие используемых понятий материалам темы; – самостоятельность выполнения работы.

Анализ и оценка информации – **1 балла**: - грамотное применение категории анализа; – умелое использование приемов сравнения и обобщения для анализа; – способность объяснять альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему; – использование достаточного количество различных источников информации; – интерпретация информации с помощью графиков, рисунков и диаграмм;

Построение – **1 балл**: – ясность и четкость изложения; – выдвинутые тезисы сопровождаются обоснованной аргументацией; – изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует теме реферата.

Оформление работы – **2 балл**: - соблюдение норм русского литературного языка; – оформление текста с соблюдением правил орфографии и пунктуации; – соответствие формальным требованиям.

Максимальное количество баллов за реферат – **5 балла**.

## **7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины**

### **а) основная литература:**

1. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Текст] : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Виленский М. Я. ; А. Г. Горшков. – М. : Гардарики, 2007. – 218 с.

2. Организационно-методическое обеспечение реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования: Всероссийская научно-практическая конференция по итогам проекта в рамках Национального педагогического форума (г. Уфа, 27 ноября 2024 года) : материалы конференции. – Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2024. – 172 с. – ISBN 978-5-907730-95-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/451103> (дата обращения: 20.03.2023).

3. Организация в высших учебных заведениях спортивно-массовой работы : учебное пособие / В.А. Гриднев [и др.]. – Тамбов : Тамбовский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2020. — 81 с. — ISBN 978-5-8265-2195-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный

ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/115725.html> (дата обращения: 02.11.2023).

4. Педагогические условия формирования готовности будущих педагогов дошкольного и начального образования к спортивно-оздоровительной деятельности / А. Т. Шабаев, Г. Ф. Шабаева // Педагогический журнал Башкортостана 2 (57), Уфа, 2015 БГПУ им. М. Акмуллы, с. 51

5. Фридман, М. Г. Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха. М.: Просвещение, 2001. – 207 с.: ил. ISBN 5-09-003315-3

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Доменко, Ю. Н. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры и компонент здорового образа жизни / Доменко Ю. Н., Фёдоров А. П., Сидельников Д. П. // Донецкие чтения 2018: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности [Текст]. – 2018. – Т. 6 : Педагогические науки. – С. 311–314.

2. Корякина, Е. А. Организация и проведение практик студентов вузов спортивного профиля : учебно-методическое пособие / Е. А. Корякина, А. С. Санникова. – Воронеж : ВГАС, 2017. – 80 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/140345> (дата обращения: 25.02.2024).

3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. – Череповец : ЧГУ, 2021. – 122 с. – ISBN 978-5-85341-898-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> (дата обращения: 04.04.2024).

4. Савко, Э. И. Физическая культура и её оздоровительная направленность в учреждении образования / Савко Э.И., Юрченя И.Н. // Актуальные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: теория и практика [Текст]. – 2018. – С. 72–87.

5. Сладкова, Н. А., Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / Сладкова Н. А. –М. : Советский спорт, 2012. –216 с.

6. Таланцева, В. К. Организация и проведение соревнований в вузе : учебно-методическое пособие / В. К. Таланцева, О. А. Пешкумов, Н. В. Алтынова. – Чебоксары : ЧГАУ, 2022. – 73 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/314171> (дата обращения: 16.10.2023).

7. Хлебникова, С. Н. Оздоровительная физическая культура в структуре урока [Текст] / С.Н. Хлебникова, О.Н. Хлебникова, О.В. Тозик // Физическая культура в школе. – 2007. – № 7. – С. 45–48.

8. Шамардин, А. И., Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением : учебное пособие / А. И. Шамардин, В. Д. Фискалов, Ю. А. Зубарев, В. П. Черкашин; под общ. ред. В. Д. Фискалова – М. : Советский спорт, 2013. – 464 с.

9. Флянку, И. П., Гигиеническая характеристика качества воздушной среды и санитарно-технических систем спортивных сооружений : учеб. пособие / Флянку И. П. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2014. – 96 с. – ISBN – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL : [http://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk\\_013.html](http://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk_013.html). – Режим доступа : по подписке.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Методика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы [Электронный ресурс] : учебно-методические рекомендации / Н. Б. Павлюк. – Шуя : ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2009. <http://www.rucont.ru/efd/199276?cldren=0>

2. Макеева, В. С. [Электронный ресурс]: Теория и методика физической культуры / В. С. Макеева. – Орел: ГТУ, – 2009. 160с. <http://www.rucont.ru/efd/14205?cldren=0>

3. Лутовина Е. Е. [Электронный ресурс]: Дневник вожакого / Р. Н. Разяпова, Е. Е. Лутовина – Оренбург: ОГПУ, 2007 <http://www.rucont.ru/efd/172211?cldren=0>

### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины будут использованы мультимедийные средства; наборы слайдов и кинофильмов. Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук,) и т.п. Практические занятия: презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]