

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Кузбасский гуманитарно – педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

УТВЕРЖДАЮ

Декан

В.А. Рябов

«16» марта 2023г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных
организациях

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки

Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности

Программа

бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная

Год набора 2019

Новокузнецк 2023

Лист внесения изменений

в РПД Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020г.)
на 2019 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии факультета
протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № 5 от 28.01.2020г. зав. кафедрой Артемьев А.А.

На 2021 – 2022 уч. год
утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6а от 11.03.2021 г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета
протокол методической комиссии факультета № 3 от 25.02.2021 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № 5 от 26.01.2021 г. зав. кафедрой Артемьев А.А.

На 2022 / 2023 учебный год
утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 8 от 15.03.2022г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета ФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 3 от 28.02.2022 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры физической культуры и спорта
(протокол № 4 от 27.01.2022 г.) зав. кафедрой А.А. Артемьев

На 2023 / 2024 учебный год
утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 7 от 16.03.2023г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета ФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 3 от 17.02.2023 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры физической культуры и спорта
(протокол № 5 от 15.02.2023 г.) зав. кафедрой А.А. Артемьев

Оглавление

1 Цель дисциплины	4
1.1 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	4
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	6
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.....	6
3.1 Учебно-тематический план	6
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы.....	8
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.....	13
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	13
5.1 Учебная литература.....	13
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....	14
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	15
6 Иные сведения и (или) материалы.....	15
6.1 Примерные темы письменных учебных работ	15
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	16

1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях» является формирование личности студенческой молодежи и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. Для достижения поставленной цели, предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. понимание роли физической культуры в укреплении здоровья и подготовки обучающегося к профессиональной деятельности;

2. знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

3. формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

4. овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

5. обеспечение общей и профессионально-прикладной подготовки, определяющей укрепление здоровья и готовность обучающегося к будущей деятельности;

6. приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения оздоровительных целей;

7. владение психолого-педагогическими методами оценки собственной педагогической деятельности, межличностных отношениях в педагогическом коллективе и личностными особенностями обучающихся с целью их совершенствования, методами управления групповыми процессами в учебном коллективе.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ОПК – 8, ПК – 3.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1.

1.1 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 1 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки.	Знает: - научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура», лежащее в основе содержания преподаваемого учебного предмета. Умеет: - использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки; - применять научные знания

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
		<p>предметной области при разработке образовательных программ, рабочих программ учебных предметов, курсов внеурочной деятельности.</p> <p>Владеет;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами получения информации о современном состоянии научных исследований в предметной области «Физическая культура»; - способами применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки.
	<p>ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура». <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
<p>ПК – 3 Способен применять современные методики и технологии обучения и воспитания для преподавания физической культуры</p>	<p>ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры.</p> <p>ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе.</p> <p>ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры.</p> <p>ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса</p>	<ul style="list-style-type: none"> - технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии . <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе. - разрабатывать основные общеобразовательные программы образовательной организации и программы дополнительного образования по физической культуре в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
	в различных физкультурно-спортивных видах.	Владеет: -методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся.

2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 2 – Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоёмкость дисциплины	72		
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	38		
Аудиторная работа (всего):	38		
в том числе:			
лекции	18		
практические занятия, семинары	20		
практикумы			
лабораторные работы			
в интерактивной форме			
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):			
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			
подготовка курсовой работы/контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	34		
4 Промежуточная аттестация обучающегося Зачет в 9 семестре			

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 3 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость	Трудоёмкость занятий (час.)				Формы текущего контроля и промежуточной
			ОФО		ЗФО		
			Аудиторные занятия	СРС	Аудиторные занятия	СРС	

		ь (все го час.)	лек ц.	пра кт.		лек ц.	пр акт .		аттестации успеваемо сти
Семестр 9.									
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях	2	2						ПР-1
	Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	2	2						ПР-1
	Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год	6		2	4				ТС-2
	Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации	6		2	4				ТС-2
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	2.1. Гимнастика для мозга «Braingym»	2	2						ПР-1
	2.2. Пальцевые гимнастики	2	2						ПР-1
	2.3. Профилактика простудных заболеваний	2	2						ПР-1
	2.4. Эмоциональная разрядка	2	2						ПР-1
	2.5. Упражнения, улучшающие кровоснабжение головного мозга	2	2						ПР-1
	2.6. Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	2	2						ПР-1
	2.7. Самомассаж	2	2						ПР-1
	2.8. Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	2							ПР-1
	2.9. Снятие статического напряжения с аксиальной мускулатуры	3		1	2				ТС-3
	2.10. Физкультминутки, улучшающие кровоснабжение головного мозга	3		1	2				ТС-3
	2.11. Пальцевые гимнастики	3		1	2				ТС-3
	2.12. Коррекция осанки	3		1	2				
	2.13. Гимнастика для мозга «Braingym»	4		2	2				
	2.14. Физкультминутки, улучшающие работоспособность головного	4		2	2				

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (всего час.)	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторные занятия		СРС	Аудиторные занятия		СРС	
			лек.ц.	практ.		лек.ц.	практ.		
	мозга								
	2.15 Физкультминутки с самомассажем	4		2	2				
	2.16. Эмоциональная разрядка	6		2	4				
	2.17. Традиционные гимнастики	6		2	4				
	2.18. Профилактика простудных заболеваний	6		2	4				
	Зачет								
ИТОГО по семестру 9		72	18	20	34				
	ВСЕГО:	72	18	20	34				

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 4 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	Семестр 9.	
Содержание лекционных занятий		
<i>Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры</i>		
1.1.	Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.	Анатомо-физиологические особенности развития обучающихся. Общие подходы и приемы оказания первой медицинской помощи. Понятие «здоровьесберегающая деятельность», принципы организации здоровьесберегающего образовательного процесса. Учет рисков и опасности социальной среды и образовательного пространства при организации образовательного процесса.
1.2	Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	Особенности питания обучающегося, приема витаминов, использование фармакологических средств с учетом характера нагрузок. Современные методики и технологии обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей, их учет при создании формы дневника самоконтроля.
Содержание практических/семинарских занятий		
1.3	Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год	Проектирование и осуществление здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся. Готовность оказывать первую медицинскую помощь субъектам образовательного процесса при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.
1.4	Составление плана	Формирование навыка применения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации	здоровьесберегающих технологий при организации образовательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся, характера образовательного процесса. Использование профессиональной терминологией в процессе занятия. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Овладение навыками оказания первой медицинской помощи.
<i>Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры</i>		
Содержание лекционных занятий		
2.1.	Гимнастика для мозга«Braingym»	История возникновения «гимнастики для мозга», ее теоретическая основа, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.2	Пальцевые гимнастики	Теоретическая основа пальцевых гимнастик, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.3	Профилактика простудных заболеваний	Гимнастика и самомассаж для профилактики простудных заболеваний, ее теоретическая основа, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.4	Эмоциональная разрядка	Упражнения и приемы самомассажа для обеспечения эмоциональной разрядки, их теоретическая основа, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.5	Упражнения, улучшающие кровоснабжение головного мозга	Упражнения, улучшающие кровоснабжение головного мозга, их теоретическая основа, подбор упражнений и порядок их чередования. Определение причин ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, поиск способов их устранения. Составление алгоритма обучения техники двигательных действий.
2.6	Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		задач пробуждения организма в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.7	Самомассаж	Приемы самомассажа, необходимые для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; навыками организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях; профессиональной речью и специальными жестами. тствии с требованиями техники физических упражнений.
2.8	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	Приемы точечного массажа, необходимые для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях; профилактики простудных заболеваний, улучшения носового дыхания, кровоснабжения мозга.
Содержание практических/семинарских занятий		
2.9.	Снятие статического напряжения с аксиальной мускулатуры	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для снятия статического напряжения с аксиальной мускулатуры. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач коррекции осанки в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.10.	Физкультминутки, улучшающие кровоснабжение головного мозга	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для улучшения кровоснабжения головного мозга. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач улучшения кровоснабжения головного мозга в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.11.	Пальцевые гимнастики	Составление плана-конспекта пальцевой гимнастики. Рациональное использование системы средств, методов

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач с использованием пальцевых гимнастик в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.12	Коррекция осанки	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для коррекции осанки. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач коррекции осанки в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.13	Гимнастика для мозга«Braingym»	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры «Braingym». Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач использования «Braingym» в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.14	Физкультминутки, улучшающие работоспособность головного мозга	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для улучшения работоспособности головного мозга. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач улучшения кровоснабжения головного мозга в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.15	Физкультминутки с самомассажем	Овладение навыками точечного массажа, необходимыми для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		учреждениях; навыками организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях; профессиональной речью и специальными жестами. Умение выполнять учебные комбинации точечного массажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений.
2.16.	Эмоциональная разрядка	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для эмоциональной разрядки. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач эмоциональной разрядки в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.17.	Традиционные гимнастики	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры с использованием традиционных гимнастик. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в процессе использования традиционных гимнастики в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.18	Профилактика простудных заболеваний	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для профилактики простудных заболеваний. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач профилактики простудных заболеваний в учебно-тренировочных процессе. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
Зачет по дисциплине		

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 5.

Таблица 5 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам(БРС)

№	Критерии оценки	Шкала оценивания	Количество баллов	Мин/ макс
1	Посещение лекций, тестирование	0,5 балла за ответ на 1 вопрос	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-50
3	Решение учебных и ситуационных задач (кейсов)	3 балла за задачу	1 - удовлетворительно, 2-4,0 – хорошо, 3 - отлично	0-36
4	Самостоятельное выполнение учебной исследовательской работы с представлением результатов на практическом занятии	14	20 - удовлетворительно, 25-хорошо, 30 - отлично	0-14
	всего			100

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие. / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. – Москва : Спорт, 2016. — 280 с. . – ISBN978-5-906839-23-7— URL: <http://e.lanbook.com/book/73814>. – Текст : электронный

2. Асташина, М. П. Использование оздоровительной гимнастики в физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста : учебное пособие / М. П. Асташина, В. П. Шульпина. – Электронные текстовые данные. - Омск : СибГУФК, 2007. - 111 с. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274513>. – Текст : электронный

Дополнительная учебная литература

1. Система непрерывного физического воспитания как условие адаптации, развития личности, формирования здорового образа жизни : учебное пособие : [16+] / Э. М. Казин, [и др.] ; под редакцией Э. М. Казина, Н. В. Коваленко ; Российская академия образования, Кемеровский государственный университет, Кузбасская государственная педагогическая академия. - Москва : Омега-Л, 2013. - 435 с. – Текст : непосредственный.

2. Хайбуллина, Д. Р. Физическая культура личности в системе формирования здорового образа жизни студентов: учебное пособие / Д. Р. Хайбуллина; НФИ КемГУ. – Новокузнецк, 2014. — URL:http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=42970. – Текст : электронный

3. Асташина, М. П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие / М.П. Асташина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Таблица 6 - Учебные аудитории КГПИ КемГУ

<p>Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения</p>	<p>Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)</p>
<p>223 Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения: - занятий лекционного типа; - занятий семинарского (практического) типа; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.</p>	<p>654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6</p>
<p>153 Зал лечебной физической культуры. Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: музыкальный центр, зеркала.</p>	<p>654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6</p>
<p>220 Учебная аудитория для проведения: - занятий семинарского (практического) типа; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья, кафедра. Оборудование: стационарное – телевизор; переносное – проектор, ноутбук, экран. Учебно-наглядные пособия: раздаточные материалы по методике обучения физической культуре и педагогическо-физкультурно-спортивного совершенствования. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.),</p>	<p>654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6</p>

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Информационный портал «Союз реабилитологов России» <https://rehabrus.ru/>
2. Информационный портал Общероссийской общественной организации «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» <https://sportmed.ru/>
3. Информационный портал «Союз реабилитологов России» <https://rehabrus.ru/>

6 Иные сведения и (или) материалы

6.1 Примерные темы письменных учебных работ

1. Что такое здоровье, из чего складывается здоровье? Какие определения понятия «здоровье» Вы знаете и как их понимаете? Дайте понятие «здоровьесберегающая деятельность», раскройте принципы организации здоровьесберегающего образовательного процесса

2. Как проектировать и осуществлять здоровьесберегающую деятельность с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся; оказывать первую медицинскую помощь.

3. Зачем нужно учитывать при организации образовательного процесса риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

4. Малые формы физической культуры для пробуждения организма: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.

5. Малые формы физической культуры для профилактики утомления глаз, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.

6. Какие навыки необходимы для применения здоровьесберегающих технологий при организации образовательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся;

7. Малые формы физической культуры для эмоциональной разрядки: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа.

8. Какие Вы знаете современные методики и технологии обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей?

9. Малые формы физической культуры для улучшения кровоснабжения мозга: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа

10. Как рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебно-тренировочных процессе?

11. Пальцевые гимнастики как малые формы физической культуры: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений.

12. Как подбирать средства, методы и технологии в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся?

13. Малые формы физической культуры, основанные на концепции триединого мозга, принятой в гимнастике для мозга: задачи, организация проведения, пример

комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа

14. Как применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и соревновательной деятельности?

15. Малые формы физической культуры для первого урока первой смены: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Объяснить смысл выбранных упражнений и приемов массажа

16. Как Вы планируете определять причины ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения?

17. Малые формы физической культуры для второго урока первой смены: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений и/или приемов самомассажа. Составить алгоритм обучения техники двигательных действий.

18. Какие навыки необходимы для обучения двигательным действиям, совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся в образовательных учреждениях?

19. Какие навыки организации и проведения соревнований в образовательных учреждениях в рамках физкультурно-образовательной работы Вы планируете использовать?

20. Зачем обучающимся уметь выполнять учебные комбинации в соответствии с требованиями техники физических упражнений?

21. Составить план физкультурно-оздоровительной работы на год для 1 класса общеобразовательной школы.

22. Какие мероприятия составляют здоровьесберегающую деятельность школы? Раскрыть сущность и наполнение любого из них.

23. Формы физкультурно-оздоровительной работы в школе. Описать сущность и содержание одной из форм на Ваш выбор.

24. Составить план-конспект спортивного праздника во 2 классе

25. Формы внеурочной физкультурно-оздоровительной работы в школе. Раскрыть смысл и содержание любой из них.

26. Утренняя гимнастика до учебных занятий: задачи, организация, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений

27. Какие формы сотрудничества с родителями Вы можете предложить в рамках физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе.

28. Динамический час в группе продленного дня: задачи, методика проведения, содержание

29. Формы агитации и пропаганды за здоровый образ жизни в школе: перечислить, раскрыть одну из них.

30. Подвижная перемена после второго урока второй смены в декабре: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений.

31. Здоровьесберегающая внеурочная работа в школе: группы мероприятий. Раскрыть смысл и содержание любой группы.

32. Подвижная перемена после второго урока первой смены в декабре: задачи, организация проведения, пример комплекса упражнений. Объяснить смысл выбранных упражнений

33. Классные часы «здоровый образ жизни»: план на год, раскрыть содержание одного на Ваш выбор.

34. День Здоровья в школе: план-конспект мероприятия

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 7 - Примерные практические задания к зачету

Семестр 9

Разделы и темы	Примерные практические задания
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры	
1. Планирование физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения	1.1. Составить план физкультурно-оздоровительной работы класса на учебный год. 1.2. Составить план спортивного праздника.
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры	
2. Методики оздоровительной физической культуры	2.1. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия статического напряжения с мышц кисти 2.2. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия статического напряжения с аксиальной мускулатуры 2.3. Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия эмоциональной разрядки

Составитель: Коновалова Н.Г., профессор кафедры ФКС.
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))