Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

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__
«20» марта 2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работав образовательных организациях

Направление
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная, заочная

Год набора 2021

Новокузнецк 2024

Лист внесения изменений

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

Сведения об утверждении:
2021 год набора

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

На 2024 / 2025 учебный год
утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 6 от 20.03.2024г.)
Одобрена на заседании методической комиссии факультета ФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 3 от 20.03.2024 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры физической культуры и спорта
(протокол № 6 от 29.02.2024 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.....9
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 17

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. таблицу 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 предметной области при разработке

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
		образовательных программ, рабочих программ учебных предметов, курсов внеурочной деятельности. Владеет; - 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.
	ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	Знает: - методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура». Умеет: - решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний. Владеет: - способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
ПК – 3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры	ПК.3.1. Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2. Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3. Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4. Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных	Знает: - технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии . Умеет: -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. Владеет: -методиками формирования

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
	видах.	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 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоемкость дисциплины	72		72
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	28		20
Аудиторная работа (всего):	28		20
в том числе:			
лекции	20		10
практические занятия, семинары	30		10
практикумы			
лабораторные работы			
в интерактивной форме			
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):	44		48
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)	44		48
4 Промежуточная аттестация обучающегося–зачет	Зачет в 8 семестре		Зачет в 10 семестре 4 ч

3 Учебно-тематический план и содержание дисциплины

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 3.1 - Учебно-тематический план очной формы обучения

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

		ь (все го час.)	лек ц.	пра кт.		лекц. практ.			аттестации успеваемо сти
Семестр 8.									
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.	8	2	2	4				ПР-1
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	2.1.Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	8	2	2	4				ПР-1
	2.2. Гимнастика для мозга«Braingym»	3		1	2				ПР-1
	2.3. Пальцевые гимнастики	7	2	1	4				ПР-1
	2.4.Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный годна основе специальных научных знаний	7	2	1	4				ТС-2
	2.5. Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организациина основе специальных научных знаний	4	1	1	2				ТС-2
	2.6. Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	6	1	1	4				ТС-3
	2.7. Самомассаж	6	1	1	4				ТС-3
	2.8. Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	4	1	1	2				ТС-3
	2.9. Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний	6	1	1	4				
	2.10. Коррекция осанки	8	1	1	6				ТС-3
	2.11. Физкультминутки, улучшающие кровоснабжение головного мозга	5		1	4				ТС-3
	Зачет								
ИТОГО по семестру 8.		72	14	14	44				

Таблица 3.2 - Учебно-тематический план заочной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая	Трудоемкость занятий (час.)		Формы текущего
			ОФО	ЗФО	

		трудоёмкость (всего час.)	Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			лекц.	практ.		лекц.	практ.		
5 курс, установочная сессия									
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	1.1.Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных учреждениях.	36				2		34	ПР-1
	ИТОГО по семестру:	36				2		34	
5 курс, зимняя сессия									
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры									
1-5	2.1.Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	4				2		2	ПР-1
	2.2. Гимнастика для мозга«Braingym»	4				2		2	ПР-1
	2.3. Пальцевые гимнастики	4				2		2	ПР-1
	2.4. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный годна основе специальных научных знаний	4					2	2	ТС-2
	2.5. Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации на основе специальных научных знаний	6				2	2	2	ТС-2
	2.6. Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	4					2	2	ТС-3
	2.7. Самомассаж	4					2	2	ТС-3
	2.8. Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	2					2		ТС-3
	2.9. Коррекция осанки	1					1		ТС-3
	2.10. Физкультминутки, улучшающие кровоснабжение головного мозга	1					1		ТС-3
	Зачет								4
ИТОГО по семестру 10.		72				8	10	14	4
	ВСЕГО:	12				10	10	48	4

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 4 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
Содержание лекционных занятий		
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры		
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 как решение научно-исследовательской задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры		
Содержание лекционных занятий		
2.1.	Самоконтроль при занятиях оздоровительной физкультурой	Особенности питания обучающегося, приема витаминов, использование фармакологических средств с учетом характера нагрузок, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. Современные методики и технологии обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей, их учет при создании формы дневника самоконтроля.
2.2	План физкультурно-оздоровительной работы на учебный год	Значение физкультурно-оздоровительной работы в работе образовательного учреждения. Основные направления физкультурно-оздоровительной работы. Ответственные за это направление работу в ОУ. Порядок утверждения плана физкультурно-оздоровительной работы.
2.3	Плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в образовательном процессе: их роль в сохранении здоровья и воспитании школьников.
2.4.	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, как решение научно-исследовательских задач педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
2.5.	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, как способ применения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»
2.6.	Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	Теоретическое обоснование значения движения для пробуждения организма, 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.
2.7	Самомассаж	Понятие массажа, его виды, место самомассажа в оздоровительной деятельности образовательного учреждения. Приемы самомассажа. Виды самомассажа.
2.8.	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия. Варианты использования точечного самомассажа в образовательном процессе.
2.9.	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний. Массаж по А.А. Уманской. Правила составления рецептов точечного массажа.
Содержание практических/семинарских занятий		
2.1	Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год на основе специальных научных знаний	Проектирование и осуществление здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации с учетом анатомо-физиологических особенностей обучающихся, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
2.2	Составление плана физкультурно-оздоровительного мероприятия в образовательной организации на основе специальных научных знаний	Формирование навыка применения 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, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»:.
2.3	Физкультминутки, способствующие пробуждению организма	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для пробуждения организма. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных 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, как способ применения результатов

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		современных научных исследований предметной области «Физическая культура».
2.7	Самомассаж	Овладение навыками самомассажа, необходимыми 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, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. Умение выполнять учебные комбинации самомассажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений.
2.8	Взаимомассаж	Овладение навыками взаимомассажа, необходимыми 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. Умение выполнять учебные комбинации взаимомассажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений.
2.9	Точечный массаж: общее понятие, показания и противопоказания, механизм действия	Овладение навыками точечного массажа, необходимыми 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. Умение выполнять учебные комбинации точечного массажа в соответствии с требованиями техники физических упражнений, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».
2.10	Точечный массаж для профилактики простудных заболеваний, повышения иммунитета и улучшения носового дыхания	Овладение навыками точечного массажа для профилактики простудных заболеваний, повышения иммунитета и улучшения носового дыхания. Проведение сеанса самомассажа с контролем длительности задержки дыхания до и после сеанса.
2.11.	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, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»:. Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным действиям и совершенствования

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.12	Физкультминутка с выполнением упражнений по системе «Белояр»	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для коррекции осанки с использованием упражнений с произвольным вытяжением. Измерение длины тела до и после выполнения малой формы.
2.13	Подвижные перемены	Составление плана-конспекта подвижной перемены. Экспериментальная проверка влияния составленного комплекса на когнитивные возможности занимающихся.
2.14	Флэш-моб, как форма физкультурно-оздоровительной работы	Создание флэш-моба, экспериментальная проверка его влияния на эмоциональное состояние участников образовательного процесса
2.15	Физкультминутки, включающие упражнения, 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, на основе обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки. 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.
2.16	Использование социальных сетей для повышения двигательной активности обучающихся	Создание группы в социальной сети для привлечения участников образовательного процесса к двигательной активности во внеучебное время
2.17	Физкультминутки, включающие самомассаж для улучшения кровоснабжения головного мозга	Составление плана-конспекта малой формы физической культуры для улучшения кровоснабжения головного мозга. Экспериментальная проверка влияния составленного комплекса на когнитивные возможности занимающихся.
2.18	Пальцевые гимнастики	Составление плана-конспекта пальцевой гимнастики. Рациональное использование системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач с использованием пальцевых гимнастик в учебно-тренировочных процессе, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура». Подбор средств, методов и технологий в физической культуре для обучения двигательным

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. Применение технических и тактических навыков в образовательном процессе и соревновательной деятельности.
2.19	Роль школьного радио, телевидения, прессы в популяризации ЗОЖ	Анализ каждого направления физкультурно-оздоровительной работы и значение школьных средств массовой информации в популяризации здорового образа жизни среди участников образовательного процесса.
2.20	Социальная реклама ЗОЖ в школе	Конкурс социальной рекламы отдельных составляющих и комплекса мер по ведению ЗОЖ
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	0-30
3	Решение учебных и ситуационных задач (кейсов)	5 баллов за задачу	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-40
4	Самостоятельное выполнение учебной исследовательской работы с представлением результатов на практическом	30	20 - удовлетворительно, 25-хорошо, 30 - отлично	
	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. — Электронные текстовые данные. – Москва : Спорт, 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. - URL: http://e.lanbook.com/book/73814 (дата обращения 20.10.2020) 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 (дата обращения 20.10.2020) 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, Кемеровскийгосударственный университет, Кузбасская государственная педагогическая академия. - Москва : Омега-Л, 2013. - 435 с. - ISBN 978-5-370-03116-8. - Текст : непосредственный

2. Хайбуллина, Д. Р. Физическая культура личности в системе формирования здорового образа жизни студентов : учебное пособие / Д. Р. Хайбуллина; НФИ КемГУ. – Электронные текстовые данные. - Новокузнецк, 2014. - URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=42970 (дата обращения 20.10.2020) 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 спорта. – Электронные текстовые данные. - Омск :СибГУФК, 2014. - 189 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043(дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Таблица 6 - Учебные аудитории КГПИ КемГУ

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	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)
223 Учебная аудитория (мультимедийная)для проведения: - занятий лекционного типа; -занятий семинарского (практического) типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

153 Зал лечебной физической культуры. Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: музыкальный центр, зеркала.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
220 Учебная аудитория для проведения: - занятий семинарского (практического) типа; - 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 (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Информация о физической культуре в жизни современного человека – http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml
2. Статьи по физической культуре – http://window.edu.ru/resource/547/58547
3. История Олимпийских игр современности – URL :http://www.olympichistory.info/
4. База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ – https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/
5. Официальный сайт студенческого спортивного союза России – http://www.studsport.ru/
6. Официальныйсайт FISU – International University Sports Federation - http://www.fisu.net

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-тренировочном 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

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, используя научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура». 1.2. Составить план спортивного праздника, как способа решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
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, используя научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура». 2.2.Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия статического напряжения с аксиальной мускулатуры, используя методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура» 2.3.Составить план-конспект малой формы физической активности для снятия эмоциональной разрядки, применяя научные знания предметной области

Составитель: Коновалова Н.Г., профессор кафедры ФКС.

(*фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей)*)