

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УДМУРТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФИЛИАЛ ФГБОУ ВО «УдГУ» В Г. ВОТКИНСКЕ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.М05.10 Теории и технологии физического воспитания младшего
школьника

Направление подготовки:
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль)
44.03.01.09 Начальное образование

Квалификация выпускника:
БАКАЛАВР


Форма обучения:
Очная, заочная

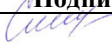
ПРИЕМ 2021/2022 уч. года

Разработчик(и) рабочей программы дисциплины(модуля)

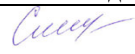
ФИО	Ученая степень, звание, должность	Контактная информация (служебные E-mail и телефон)
Буранов В.И.	Старший преподаватель	5-24-87 kafedrapist@mail.ru

Экспертиза рабочей программы

<i>Первый уровень</i> (оценка качества содержания программы и применяемых педагогических технологий)		
Наименование кафедры	№ протокола, дата	Подпись зав. кафедрой
Кафедра педагогики и социальных технологий	№ 7 от 09.02.2021	
<i>Выписка из решения</i> Качество содержания рабочей программы и педагогических технологий соответствует требованиям ФГОС. Рабочая программа рекомендована для использования в учебном процессе.		

<i>Второй уровень</i> (соответствие целям подготовки и учебному плану образовательной программы)		
Научно-методический совет	№ протокола, дата	Подпись председателя НМС
	№ 2 от 16.02.2021	
<i>Утвердить рабочую программу на 2021/2022 учебный год</i>		

Утверждение рабочей программы дисциплины

должностное лицо (ФИО директора, заместителя по учебной работе)	подпись
Смирнова Т.М.	

Иные документы об оценке качества рабочей программы дисциплины
(при их наличии - ФЭПО, отзывы работодателей, студентов и пр.)

Документ об оценке качества (наименование)	Дата документа

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и переутверждена на 2021/2022 учебный год на заседании кафедры педагогики и социальных технологий от 09.02.2021 года, протокол №7.

Зав. кафедрой  /Окулова Л.П./

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы.....	5
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	7
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества часов и видов учебных занятий	7
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов.....	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).....	11
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	16
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	19
10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	19
11. Особенности организации образовательного процесса по дисциплине (модулю) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	20

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного Приказом Минобрнауки РФ от «22» февраля 2018 г., № 121 с учетом рекомендаций ПООП ВО.

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является раскрыть научные и методические принципы работы воспитателя и инструктора по физическому воспитанию детей, содержание разных направлений с опорой на современные достижения смежных наук.

Задачи дисциплины:

- овладеть системой знаний о физическом развитии детей, о формах, методах и приемах физического воспитания;
- формировать профессиональные умения и навыки организации воспитательно-образовательного процесса в начальной школе по физической культуре ребенка;
- развивать профессиональные педагогически значимые личностные качества: толерантность, креативность, рефлексивность и др.;
- формировать профессиональной здоровьесберегающей позиции педагога;
- закрепить практические навыки студентов в организации различных форм работы с детьми, педагогами и родителями.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина входит в вариативной части дисциплин по выбору профессионального цикла бакалавриата.

Изучению дисциплины предшествуют: «Философия», «Педагогика», «Психология».

Для успешного освоения дисциплины должны быть сформирована профессиональная компетенция на пороговом уровне.

Программа дисциплины построена линейно-хронологически, в ней выделены разделы: Общие вопросы теории физического воспитания, Методологические, естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания, Обучение ребёнка двигательным действиям, Подвижные игры и спортивные упражнения, Основы организации физического

воспитания, Диагностика физической подготовленности и сенсомоторного развития ребёнка.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Планируемые результаты обучения по дисциплине – это знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности. Планируемые результаты освоения образовательной программы – это формируемые дисциплиной компетенции.

Освоение дисциплины направлено на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ООП ВО по данному направлению подготовки/специальности:

Результаты освоения ООП ВО (компетенции)	Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	
УК-7 (Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности)	УК-7.1 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	Знать: основы физической культуры Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий Владеть: здоровьесберегающими технологиями	Уровень 1
	УК-7.2 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.		Знать: нормы здорового образа жизни Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности Владеть: физической подготовленностью
		Уровень 3	
ОПК-6 (Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том	ОПК-6.1 Демонстрирует знания психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе	Знать: психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности Уметь: демонстрировать знания психолого-педагогических технологий в профессиональной деятельности	Уровень 1
			Уровень 2
			Уровень 3

числе обучающихся с особыми образовательными потребностями)	обучающихся с особыми образовательными потребностями	Владеть: способами индивидуализации обучения, развития, воспитания	
	ОПК-6.2 Применяет психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	Знать: психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности Уметь: применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности Владеть: способами индивидуализации обучения, развития, воспитания	Уровень 1 Уровень 2 Уровень 3
ПК-1 (Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области)	ПК-1.1 Совместно с обучающимися формулирует проблемную тематику учебного проекта	Знать: проблемную тематику учебного проекта Уметь: формулировать проблемную тематику учебного проекта Владеть: навыками формулирования проблемной тематики учебного проекта	Уровень 1 Уровень 2 Уровень 3
	ПК-1.2 Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности	Знать: учебно-проектную деятельность Уметь: определять содержание и требования Владеть: содержанием и требованиями учебно-проектной деятельности	Уровень 1 Уровень 2 Уровень 3

	ПК-1.3 Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде	Знать: учебно-проектную деятельность, в том числе в онлайн среде Уметь: Планировать и осуществлять руководство действиями обучающихся Владеть: навыками руководства действиями обучающихся	Уровень 1
			Уровень 2
			Уровень 3

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Объем дисциплины	Всего часов	
	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость, з.е./часов	3/108	3/108
Контактная работа (всего), часов	65,9	17,5
Аудиторная:	64	16
Лекции	32	8
Практические занятия	32	8
Лабораторные занятия	0	0
Групповые и индивидуальные консультации	4,9	1,5
Руководство, консультирование, рецензирование и прием защиты курсовой работы	0	0
Зачет	7 сем	7 сем
Самостоятельная работа (всего), з.е./часов	1,2/44	2,5/92
Контроль самостоятельной работы (КСР)	0	0
Подготовка и написание курсовой работы	0	0

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества часов и видов учебных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Разделы, темы дисциплины, аннотация темы	Неделя семестра	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				СРС	Формы текущего контроля успеваемости	Формируемые компетенции /индикаторы достижения компетенций
			Контактная работа с преподавателем						
			Лек.	Сем. (Практ.)	Лаб.	КСР*			
Семестр 6									
1.	Общие вопросы теории физического воспитания		6	4			10		УК-7, ОПК-6, ПК-1
2.	Методологические,		4	4			10		УК-7, ОПК-6,

	естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания								ПК-1
3.	Обучение ребёнка двигательным действиям		4	6			10		УК-7, ОПК-6, ПК-1
Семестр 7									
4.	Подвижные игры и спортивные упражнения		6	6			4		УК-7, ОПК-6, ПК-1
5.	Основы организации физического воспитания		6	6			4		УК-7, ОПК-6, ПК-1
6.	Диагностика физической подготовленности и сенсомоторного развития ребёнка.		6	6			6		УК-7, ОПК-6, ПК-1
Форма промежуточной аттестации – зачет									

Заочная форма обучения

№ п/п	Разделы, темы дисциплины, аннотация темы	Неделя семестра	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				СРС	Формы текущего контроля успеваемости	Формируемые компетенции /индикаторы достижения компетенций
			Контактная работа с преподавателем						
			Лек.	Сем. (Практ.)	Лаб.	КСР*			
Семестр 8									
1.	Общие вопросы теории физического воспитания		2	1			10		УК-7, ОПК-6, ПК-1
2.	Методологические, естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания		1	1			10		УК-7, ОПК-6, ПК-1
3.	Обучение ребёнка двигательным действиям		1	2			24		УК-7, ОПК-6, ПК-1
Семестр 9									
4.	Подвижные игры и спортивные упражнения		2	1			16		УК-7, ОПК-6, ПК-1
5.	Основы организации физического воспитания		1	1			16		УК-7, ОПК-6, ПК-1
6.	Диагностика физической		1	2			16		УК-7, ОПК-6, ПК-1

подготовленности и сенсомоторного развития ребёнка.									
Форма промежуточной аттестации – экзамен									

**6. Перечень учебно-методического обеспечения
для самостоятельной работы студентов по дисциплине
Структура СРС
Очная форма обучения**

Код индикатора формируемой компетенции*	Тема*	Вид	Форма	Объем учебной работы (часов)	Учебно-методические материалы
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Общие вопросы теории физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	10	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Методологические, естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	10	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Обучение ребёнка двигательным действиям	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	10	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Подвижные игры и спортивные упражнения	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	4	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Основы организации физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	4	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Диагностика физической подготовленности и сенсомоторного развития ребёнка.	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	6	См.п.8

Заочная форма обучения

Код индикатора формируемой компетенции*	Тема*	Вид	Форма	Объем учебной работы (часов)	Учебно-методические материалы
---	-------	-----	-------	------------------------------	-------------------------------

УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Общие вопросы теории физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	10	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Методологические, естественнонаучные, психолого-педагогические основы физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	10	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Обучение ребёнка двигательным действиям	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	24	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Подвижные игры и спортивные упражнения	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	16	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Основы организации физического воспитания	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	16	См.п.8
УК-7.1, УК-7.2, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3	Диагностика физической подготовленности и сенсомоторного развития ребёнка.	подготовка реферата, доклада, подготовка к деловым играм	СРС	16	См.п.8

Содержание СРС:

Вопросы для самостоятельного изучения

Творческая работа:

Разработайте исследовательский проект и исследовательскую программу.

Составьте программу исследования по определенной проблеме.

Определите логику исследования.

Сформулируйте тему исследования, сформулируйте научный аппарат исследования.

Разработайте критерии исследования.

Составьте опорный конспект «Методы педагогического исследования»;

Тематика докладов

1. «Педагог-исследователь: функции, перспективы, проблемы»
2. «Использование научных достижений в практике начального образования»

3. «Этапы диагностики по проблеме исследования»
4. «Опытнo-поисковая исследовательская работа в образовательном учреждении».

Образовательные технологии

Традиционные технологии обучения. При проведении занятий и организации самостоятельной работы студентов используются традиционные технологии сообщающегося обучения, предполагающие передачу информации в готовом виде, формирование учебных умений по образцу повествовательно-сообщающего, или повествовательно-информационного метода обучения (лекция, объяснение); диалогического метода изложения материала; метода проблемного изложения изучаемого материала. Метод проблемного изложения изучаемого материала активизирует процесс мыслительной деятельности студентов. Использование традиционных технологий обеспечивает: повествовательно-сообщающий, или повествовательно-информационный метод обучения (лекция, объяснение), позволяет объяснение связать с анализом и истолкованием излагаемого материала, что активизирует познавательный интерес студентов.

При проведении практических занятий используется: диалогический метод, метод устного индивидуального опроса. Диалогический метод позволяет детально обсуждать и осмыслять поставленные вопросы, индивидуальный устный опрос позволяет выявить уровень знания студентом изучаемого материала, а также выявить осмысленность, глубину и прочность усвоенных знаний.

Интерактивные технологии обучения позволяют организовать обучение как продуктивную творческую деятельность в режиме взаимодействия студентов друг с другом и с преподавателем. Лекция-диалог является таким методом изложения материала, который побуждает студентов рассуждать, анализировать изучаемый материал в определенной логической последовательности и самостоятельно подходить к соответствующим теоретическим выводам и обобщениям.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Оценка качества освоения дисциплины включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую государственную аттестацию выпускников.

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проводится в форме зачета.

Оценочные средства по дисциплине:

– **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Формы физического воспитания в общеобразовательной школе: урок, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, внеклассные и спортивно-массовые мероприятия.
2. Классификация урока.
3. Характеристика процессов планирования в области физической культуры (виды планирования, документ, технология разработки документов).
4. Характеристика процессов контроля и учета в области физической культуры (виды контроля и учета, документы и т.д.).
5. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста.
6. Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возрастов.
7. Возрастные особенности детей раннего и дошкольного возрастов.
8. Организация физического воспитания в дошкольных учреждениях.
9. Методика проведения занятий и мероприятий с детьми раннего и дошкольного возрастов.
10. Значение и задачи физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возрастов.
11. Возрастные особенности детей младшего школьного возраста.
12. Возрастные особенности детей среднего школьного возраста.
13. Возрастные особенности детей старшего школьного возраста.
14. Формы организации занятий физическими упражнениями в учреждениях общего и дополнительного образования.
15. Методика проведения занятий с детьми младшего школьного возраста.
16. Методика проведения занятий с детьми среднего школьного возраста.
17. Методика проведения занятий с детьми старшего школьного возраста.
18. Анализ программ для общеобразовательной школы по физическому воспитанию и физической культуре.
19. Физическое воспитание студенческой молодежи. Значение и задачи физического воспитания студентов высших и средне-специальных учебных заведений.
20. Возрастные особенности студенческой молодежи.
21. Формы организации занятий физическими упражнениями со студентами в высших и средне-специальных учебных заведениях.
22. Методика проведения занятий в высших и средне-специальных учебных заведениях.
23. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.
24. Социальное значение и задачи физического воспитания трудящегося населения.
25. Особенности физической культуры в режиме трудового дня трудящихся и в быту.

26. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью рабочего населения страны.
27. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.
28. Инволюционные изменения в организме представителей старшего и пожилого возраста.
29. Значение, содержание, формы организации и методика проведения занятий физическими упражнениями с людьми старшего и пожилого возраста.
30. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
31. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки.
32. Методика проведения занятий профессионально-прикладной физической подготовки.
33. Основы построения оздоровительной тренировки.
34. Характеристика средств оздоровительной физической культуры.
35. Организационные формы и методика проведения занятий оздоровительной физической культурой.
36. Краткая характеристика современных оздоровительных технологий в области физической культуры.

Примерные темы рефератов и докладов.

1. Роль Владислава Станиславовича Пирусского в становлении физкультурного движения Томской области и Сибири (конец XIX – начало XX в).
2. Коррекция недостатков телосложения у детей старшего (или среднего) школьного возраста.
3. Физическая культура как компонент здорового образа жизни.
4. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки школьников на уроках физической культуры.
5. Педагогический и врачебный контроль в системе спортивной тренировки.
6. Эстетическое воспитание в процессе овладения физической культурой.
7. Особенности питания спортсменов (на примере своего вида спорта и уровня спортивной квалификации).
8. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
9. Методы воспитания и особенности их применения в спорте (на примере своего вида спорта).
10. «Президентские состязания» как система оценки уровня физической подготовленности школьников России.
11. Экзамен по физической культуре в общеобразовательной школе (9 и 11 классы), особенности организации.
12. Система физической культуры в современном обществе в РФ. Ее компоненты и характеристика.

13. Федеральный закон «О физической культуре и спорте» 2007 года. Его краткое содержание и назначение.
14. Особенности применения метода круговой тренировки на занятиях по физической культуре.
15. Что такое «олимпизм», его основные принципы и истоки зарождения. Правило честной борьбы в спорте.
16. История и краткая характеристика Параолимпийского движения.
17. История зарождения Игр специальной олимпиады.
18. История зарождения и становления Всемирных игр глухих («Тихих игр»).
19. Всесоюзные комплексы ГТО как нормативная и программная основа физического воспитания в Советском Союзе.

Примерные тестовые задания

1. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется...

- А. Скоростным индексом.
- Б. Абсолютным запасом скорости способностей.
- В. Коэффициентом проявления скоростных способностей.
- Г. Скоростной выносливостью.

2. Отличительными признаками двигательного умения являются:

- А. Слитность, автоматизированность, экономичность.
- Б. Нестабильность, неустойчивость, излишние мышечные затраты.
- В. Системность в движениях, автоматизированность, вариативность.
- Г. Стабильность, экономичность, вариативность.

3. Выберите вид физической культуры, в процессе которого раскрываются возможности человека на предельном уровне.

- А. Физическая рекреация.
- Б. Спорт.
- В. Физическое воспитание.
- Г. Физическая реабилитация.

4. Выберите вариант, который нельзя отнести к внешним силам, действующим на тело во время движения.

- А. Сила тяжести собственного тела.
- Б. Сила реакции опоры.
- В. Реактивные силы.
- Г. Силы сопротивления внешней среды (воды, воздуха, снега).

5. Совокупность действий, которые служат средством ведения соревновательной борьбы в том же составе, что и в условиях соревнований по избранному виду спорта – это...

- А. Специально-подготовительные упражнения.

Б. Соревновательные упражнения.

В. Собственно тренировочные упражнения.

Г. Общеподготовительные упражнения.

6. Расположите понятия по принципу от «частного к общему»: 1.Физическое воспитание; 2.Движение; 3.Физическая культура; 4.Физическое упражнение.

А. 2,4,1,3.

Б. 3,1,4,2.

В. 2,4,3,1.

Г. 1,3,4,2.

7. Чем обусловлена индивидуальность техники физического упражнения?

А. Основой техники.

Б. Содержанием физического упражнения.

В. Основным (ведущим) звеном техники.

Г. Детальми техники.

8. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе ...

А. Недовосстановления работоспособности.

Б. Полного восстановления работоспособности.

В. Сверхвосстановления.

Г. Повышенной работоспособности.

9. Принципом, предусматривающим оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся, является:

А. Принцип сознательности и активности.

Б. Принцип доступности и индивидуализации.

В. Принцип научности.

Г. Принцип связи теории с практикой.

10. Общеподготовительные, специальноподготовительные и соревновательные упражнения выделяют по признаку...

А. Физиологических зон мощности.

Б. Спортивной специализации.

В. Особенности мышечной деятельности.

Г. Биомеханической структуры движений.

11. Физическая нагрузка – это...

А. Изменение форм и функций организма.

Б. Установление общественно значимых результатов.

В. Мера воздействия физического упражнения на организм занимающихся.

Г. Совокупность относительно неизменных и достаточных для решения двигательной задачи движений.

12. Систему физического образования П.Ф. Лесгафт представил в труде всей своей жизни:

А. Великая дидактика.

Б. Мир чувственных вещей в картинках.

В. Об искусстве гимнастики.

Г. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста.

13. Сторона нагрузки, проявляемая в реакциях организма на предлагаемое задание:

А. Внешняя.

Б. Внутренняя.

В. Локальная.

Г. Общая.

14. К комплексным биомеханическим характеристикам техники упражнений относят:

А. Пространственные характеристики.

Б. Временные характеристики.

В. Пространственно-временные характеристики.

Г. Ритмические характеристики.

15. Динамический стереотип также можно определить, как...

А. Безусловный рефлекс.

Б. Двигательное умение.

В. Двигательный навык.

Г. Силовые компоненты техники упражнения.

16. Основным условием положительного переноса навыка является:

А. Профессионализм педагога.

Б. Наличие структурного сходства в основных фазах данных двигательных действий.

В. Соблюдение принципа сознательности и активности.

Г. Учет индивидуальных особенностей занимающихся.

Полный комплект фонда оценочных средств представлен в приложении 1 к рабочей программе дисциплины (модуля).

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Рекомендуемая литература

Основная литература

1. Виленская, Т. Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников : учебное пособие/ Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10215-4. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/B0E3B40B-FB28-4757-8D2E-341227E30F4A.
2. Козицына Ф.Р. Физическое воспитание детей с низким уровнем готовности к обучению в школе [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ф.Р. Козицына, Л.Г. Харитоновна. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003. — 55 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65004.html>

Дополнительная литература

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 441 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06125-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/B710FE0C-F98A-4335-9E04-36853F3A955E.
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 254 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/D2E3E9A5-E683-4609-9653-602ABA119B96.

8.2.Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

Электронно-библиотечные системы (ЭБС):

1. Удмуртская научно-образовательная Электронная библиотека (УдНОЭБ) (<http://elibrary.udsu.ru/xmlui/>)
2. ЭБС «Лань» (<https://e.lanbook.com/>)
3. ЭБС «Юрайт» (<https://www.biblio-online.ru/>)
4. ЭБС "IPR Books " (<http://www.iprbookshop.ru/>)

8.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

На занятиях используются средства мультимедиа (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, графических объектов, видео- аудио- материалов (через Интернет)), специализированных и офисных программ, баз данных (см. таблицу программного обеспечения). Преподаватель организует взаимодействие с обучающимися посредством электронной почты, компьютерного тестирования и локальной сети филиала. Также через электронную информационно-образовательную среду (ЭИОС) для студентов предусмотрена доступность рабочих программ и примерных фондов оценочных средств для любого участника учебного процесса, возможность консультирования обучающихся с преподавателем (проверка домашних заданий и т.д.) в любое время и в любой точке посредством сети Интернет (через электронную почту и социальные сети).

№ п/п	Название ПП	Договор	Дата	Кол-во лицензий
	MicrosoftOffice 2010	0313100004015000052-0006194-01/1858	30.11.2015	Не ограничено
	Microsoft Windows 7	0313100004015000052-0006194-01/1858	30.11.2015	Не ограничено
	Microsoft Windows 2012	0313100004015000052-0006194-01/1858		Серверная
	Kaspersky	1752-151218-103823/223/14	30.12.2016	302
	Abby FineReader	84611	19.02.2010	10
	Abby Lingvo	84611	19.02.2010	Не ограничено
	Логомиры	22244/ИЖ1833	21.12.2010	Не ограничено
	Перволого	20101731	15.11.2010	Не ограничено
	КонсультантПлюс	ИКП2016/ЛСВ-012	10.06.2016	Серверная
	Camtasia 6		13.01.2009	5
	7-Zip	freeware		Не ограничено
	CCleaner	freeware		Не ограничено
	STDU Viewer	freeware		Не ограничено
	ПОЗнание-Экзаменатор	freeware		Не ограничено
	AdobeReader	freeware		Не ограничено
	AIMP	freeware		Не ограничено
	CDBurnerXP	freeware		Не ограничено

9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Требования к аудитории (помещению, местам) для проведения занятий:
Специального материально-технического обеспечения не требуется.

Рекомендуются инновационные компьютерные технологии, основанные на операционных системах Windows, а также интернет-ресурсы (сайты образовательных учреждений, ведомств, журналов, информационно-справочные системы, электронные учебники).

При проведении занятий в аудитории может использоваться интерактивное оборудование (компьютер, мультимедийный проектор, интерактивный экран), что позволит значительно активизировать процесс обучения. Это обеспечивается следующими предоставляемыми возможностями: отображением содержимого рабочего стола операционной системы компьютера на активном экране, имеющем размеры классной доски, имеющимися средствами мультимедиа; средствами дистанционного управления компьютером с помощью электронного карандаша и планшета.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Организация подготовки к практическим (семинарским) занятиям

Подготовка к практическим занятиям начинается с анализа лекционного материала. Работа на лекции предполагает не только ознакомление с содержательным аспектом темы, но и понимание логики овладения материалом курса, осознание проблематики темы. Наличие собственного конспекта лекций позволяет еще раз ознакомиться, продумать, разобраться в новом материале, так как недостаточно понятое во время лекции положения могут быть восстановлены в памяти, сопоставлены с другими, додуманы, дополнены, уяснены и расширены с помощью учебной литературы. Хорошо овладеть содержанием лекции – это: 1) знать тему; 2) понимать значение и важность ее в данном курсе; 3) четко представлять план; 4) уметь выделять главное; 5) усвоить значение примеров и иллюстраций; 6) связать вновь полученные сведения о предмете или явления с уже имеющимся; 7) представлять возможность и необходимость применения полученных сведений.

Непосредственная подготовка к занятию осуществляется на основе методических рекомендаций по изучаемой теме. При этом необходимо изучить предлагаемую литературу по вынесенным темам, обратить внимание на

проблемы, обозначенные преподавателем трудности, обычно возникающие у студентов.

Работа с книгой – основной вид самостоятельной работы студента в вузе и одновременно подготовка к будущей практической работе. Знакомство с книгой целесообразно начать с изучения оглавления. Именно оно позволяет получить общее представление о структуре и содержании книги, принятой автором систематизации материала. Независимо от выбранного объема изучаемого текста целесообразно прочитать введение и предисловие. В них обычно формулируются задачи и методы изложения. Знакомство с книгой целесообразно завершать чтением заключения, которое позволяет понять основные обобщенные выводы, главные мысли автора.

Основные положения прочитанной книги целесообразно излагать в конспекте. Конспектирование – наиболее распространенная форма, краткого, связного и последовательного письменного пересказа содержания с аргументами и личными замечаниями. Особенностью конспекта является то, что в него входят различные формы записей – план, тезисы, выписки, доводы, цитаты, расчеты, выводы и др

11. Особенности организации образовательного процесса по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины для лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Для маломобильных групп населения имеется необходимое материально-техническое обеспечение (пандусы, оборудованные санитарные комнаты, кнопки вызова персонала, оборудованные аудитории для лекционных и практических занятий)

Для адаптации программы освоения дисциплины используются следующие методы:

- Для лиц с нарушениями слуха используются методы визуализации информации (презентации, использование компьютера для передачи текстовой информации и др.)
- Для лиц с нарушениями зрения используются такие методы, как увеличение текста и картинки (в программах Windows), программы-синтезаторы речи, в том числе в ЭБС.

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом

индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.), при необходимости выделяется дополнительное время на подготовку.