

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе ВЛГАФК
Е.Ю. Андриянова
09.2025 г.

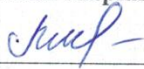
Кафедра *Теории и методики спортивных игр*
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по
физической культуре»

основной образовательной программы
среднего профессионального образования по специальности
49.02.01 Физическая культура
направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным
программам
квалификация - педагог по физической культуре и спорту»
Форма обучения очная

Автор-разработчик:
Поповская Мария Николаевна, кандидат биологических наук, доцент

Великие Луки 2025

Заведующий кафедрой ТиМ спортивных игр:
Поповская Мария Николаевна, кандидат биологических наук

 (подпись)

Заведующая библиотекой ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»:
Орлова Виялетта Викторовна

 (подпись)

Рецензенты:

Михайлова Екатерина Алексеевна, кандидат биологических наук, доцент, и.о.
заведующего кафедрой теории и методики лёгкой атлетики ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»

Поварещенков Сергей Николаевич, директор МАУ ДО «СШОР «Экспресс» г. Великие
Луки

Рецензия

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (направленность – преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам)

Представленная рабочая программа по дисциплине «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» разработана на высоком методическом уровне и полностью соответствует требованиям подготовки педагогов по физической культуре в системе среднего профессионального образования. Программа ориентирована на формирование практических умений и навыков, необходимых для проведения внеурочной деятельности, что делает её особенно ценной для будущих специалистов.

Содержание программы сбалансировано: теоретический блок (классификация и особенности проведения занятий внеурочной деятельности) удачно сочетается с практическими занятиями. Особое внимание уделено возрастным особенностям детей и подростков, что позволяет выпускникам грамотно планировать учебный процесс в школе.

Фонд оценочных средств обеспечивает всестороннюю проверку как теоретических знаний, так и двигательных умений. Четкая структура, подробные методические рекомендации для самостоятельной работы, наличие конспектов лекций и приложений делают программу удобной для использования в образовательном процессе.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (направленность – преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам), соответствует содержанию указанной дисциплины и может быть рекомендована к использованию в учебном процессе при подготовке педагогов по физической культуре и спорту.

Рецензент:

Поварешенков Сергей Николаевич,
Директор МАУ ДО «Спортивная школа
олимпийского резерва «Экспресс»
25.12.2025



С.Н. Поварешенков

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре»
по специальности 49.02.01 Физическая культура
ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»

Рабочая программа дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» разработана доцентом кафедры теории и методики спортивных игр Поповской Марией Николаевной, представляет собой качественный учебно-методический документ, полностью соответствующий требованиям ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и направлена на формирование компетенций – ОК-01, ОК-02, ОК-04, ОК-05, ОК-08, ОК-09, ПК – 3.1., ПК – 3.2., ПК – 3.3., ПК – 3.4., ПК – 3.5.

Структура программы логична и продумана: общая трудоемкость составляет 32 часа, из которых 24 часа отведено на контактную работу (10 лекций, 14 практических занятий) и 8 часов на самостоятельную работу обучающихся. Содержание охватывает все ключевые разделы внеурочной деятельности.

Проведённый анализ показал, что содержание фонда оценочных средств соответствует:

- ✓ профессиональному стандарту «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (код 01.001);
- ✓ ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура;
- ✓ планируемым результатам, определенным в программе дисциплины «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре».

Для каждого индикатора достижения компетенции разработчиком определены критерии и средства оценивания знаний, умений и навыков (опыта деятельности).

Закключение. Представленный фонд оценочных средств по дисциплине «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» позволяет оценить сформированность компетенций - ОК-01, ОК-02, ОК-04, ОК-05, ОК-08, ОК-09, ПК – 3.1., ПК – 3.2., ПК – 3.3., ПК – 3.4., ПК – 3.5 ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, может применяться в учебном процессе.

Кандидат биологических наук, заведующий
кафедрой теории и методики легкой атлетики
ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»

Е.А. Михайлова

Подпись Е.А. Михайловой удостоверяю
Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»
22.12.2025



И.Г. Попланова

Оглавление

АННОТАЦИЯ	7
РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	7
МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	13
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	14
3.1. Очная форма обучения.....	14
СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	15
4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий	15
ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ	31
5.1.Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося	31
5.1.1. Очная форма обучения.....	31
5.2.Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы.....	33
5.3.Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося	34
5.4.Задание для учебной практики.....	36
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	37
6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	37
6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности	37
6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности	38
6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы	39
6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания	39
6.4.3.Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на зачёте/экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности.....	41
6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации	43
6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации	45
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	45
7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	45
7.1.1. Рекомендуемая литература (основная).....	45
7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная).....	46
7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	46
7.3. Программное обеспечение.....	47
7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	47
7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети.....	47
7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)	47
7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа	47
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	47
9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине	49

9.1. Очная форма обучения.....	49
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	53
Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения	53
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	58
Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья....	58
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	62
Тезисы лекций.....	62

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре;

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре;

ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура»;

ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста;

ПК 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.

Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции/ показателя освоения компетенции
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.	Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;

	методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.	Умения: - определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; - планировать процесс поиска; - структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - оценивать практическую значимость результатов поиска; - оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; - использовать современное программное обеспечение; - использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. Знания: - номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; - приемы структурирования информации; - формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; - порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	Умения: - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности Знания: - психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - основы проектной деятельности
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Умения: - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе Знания: - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений
ОК 08.Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания	Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности Знания:

необходимого уровня физической подготовленности.	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	Умения: понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы Знания: правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.	Навыки: определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами планированию последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений в учебном году изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры разработки документов планирования физического воспитания. Умения: находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями

	программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями. Знания: значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании учебный предмет «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ требования и логику планирования учебного процесса по физической культуре общая цель и задачи физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода
ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	Навыки: проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями обучающихся и состоянием их здоровья Умения: методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности» обучать технике физических упражнений согласно методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности обучающихся дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между

	участниками образовательного процесса формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры Знания: методические особенности проведения уроков физической культуры для обучающихся различного школьного возраста классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся школьного возраста методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся школьного возраста приёмы страховки и самостраховки, требования охраны труда при проведении занятий специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья возможности урока физической культуры в воспитании обучающихся
ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».	Навыки: осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля оценивания результатов контроля и разработки рекомендаций по совершенствованию подготовленности обучающихся с учётом из возраста, уровня подготовленности педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию Умения:

	оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура» использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура» Знания: педагогический контроль и учёт в физическом воспитании обучающихся назначение основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре педагогический контроль за двигательной, физической и функциональной подготовленностью обучающихся и соответствующие контрольные упражнения (тесты) назначение доступных и информативных контрольно-измерительных приборов и возможности их использование для получения объективной информации о результатах педагогического процесса по физической культуре особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении учебного предмета «Физическая культура» разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста
ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.	Навыки: ведения документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации Умения: вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации Знания: требования к ведению документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации
ПК3.5.Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.	Навыки: разработки и проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школьника разработки и проведения различных занятий и мероприятий по физическому воспитанию во внеурочной деятельности Умения: определять цели и задачи неурочных форм занятий в

	режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности определять оптимальные средства, методы и организационные условия для проведения внеурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач планировать и проводить внеурочные формы занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющихся организационных условий мотивировать и приобщать обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом организовывать деятельность школьного спортивного клуба подбирать необходимый инвентарь и оборудование для проведения внеурочных занятий исходя из решаемых задач, обучать приёмам страховки и само страховки, обеспечивать меры охраны труда Знания: цель, задачи, разновидности и направленность внеурочных форм занятий во внеурочной деятельности школьников средства физического воспитания, используемые во внеурочной работе, исходя из освоенных базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, возраста обучающихся и имеющихся организационных условий методика планирования и проведения внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися школьного возраста исходя из их направленности и решаемых задач дозирование физической нагрузки при проведении внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися разного возраста планирование средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при организации секционных занятий во внеурочной деятельности требования охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной деятельности критерии и показатели эффективности внеурочных форм занятий в физическом воспитании школьников порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба
--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре» относится к обязательной части профессионального цикла учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении по очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

Частично может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Промежуточная аттестация может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

3.1. Очная форма обучения

[illegible]

Общая трудоёмкость (часы)	32						8		
----------------------------------	-----------	--	--	--	--	--	----------	--	--

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Теоретическое обучение (лекции)	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
6 семестр					
Раздел 1. Внеурочная деятельность как неотъемлемая часть образовательной деятельности					
1	1.1. Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию.	2	-	-	2
2	1.2. Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями.	-	2	-	2
Раздел 2. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы					
3	2.1. Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха. Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены.	2	-	2	4
4	2.2. Разработка и проведение малых форм занятий внеурочной деятельности в общеобразовательной школе.	-	4	-	4
Раздел 3. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы					
5	3.1. Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе.	2	-	2	4
6	3.2. Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.	2	-	2	4
7	3.3. Планирование и проведение спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических	-	4	-	4

	упражнений для самостоятельной работы.				
Раздел 4. Виды документации и требования к её оформлению					
8	4.1.Программно-нормативные требования к организации и содержанию внеурочной деятельности в системе общего образования.	2	-	2	4
9	4.2.Методические основы составления тематического планирования. Особенности составления и заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований.	-	4	-	4
ИТОГО (в часах)		10	14	8	32

Темы и их краткое содержание Третий курс, шестой семестр

Раздел 1. Внеурочная деятельность как неотъемлемая часть образовательной деятельности.

Тема 1.1. Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию.

Лекция № 1 (2 часа) Направления внеурочной деятельности. Формы построения занятий физическими упражнениями. Признаки неурочных форм занятий. Классификация неурочных форм занятий. Задачи неурочных форм занятий

Тема 1.2. Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями.

Практическое занятие № 1 (2 часа) Классификация и разновидности неурочных форм занятий. Методика проведения и оценка эффективности проведения неурочных форм занятий.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – актуальных, профессиональных и социальных контекстов, в котором приходится работать и жить;

основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;

методов работы в профессиональной и смежных сферах;

структур плана для решения задач;

порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;

приемов структурирования информации;

формата оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации;

порядка их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств;

особенностей социального и культурного контекста;

роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основ здорового образа жизни;

условий профессиональной деятельности и зон риска физического здоровья для специальности;

лексического минимума, относящихся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;

правил чтения текстов профессиональной направленности;

значений, мест и основных исторических этапов становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;

учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;

классификаций, направленности и педагогических возможностей средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой

возможностей урока физической культуры в воспитании обучающихся

педагогического контроля и учёта в физическом воспитании обучающихся

педагогического контроля за двигательной, физической и функциональной подготовленностью обучающихся и соответствующие контрольные упражнения (тесты)

цели, задач, разновидностей и направленности неурочных форм занятий во внеурочной деятельности школьников

средств физического воспитания, используемые во внеурочной работе, исходя из освоенных базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, возраста обучающихся и имеющихся организационных условий

планировании средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при организации секционных занятий во внеурочной деятельности

требований охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной деятельности

критерии и показатели эффективности неурочных форм занятий в физическом воспитании школьников

умений – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;

анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;

владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;

оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации;

планировать процесс поиска;

структурировать получаемую информацию;

выделять наиболее значимое в перечне информации;

оценивать практическую значимость результатов поиска;

оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;

использовать современное программное обеспечение;

использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.

грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;

участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья

применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы

дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений

формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями

оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура»

использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом

осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся

использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура»;

вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации

определять цели и задачи неурочных форм занятий в режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности

определять оптимальные средства, методы и организационные условия для проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач

подбирать необходимый инвентарь и оборудование для проведения неурочных занятий исходя из решаемых задач, обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать меры охраны труда.

навыков - изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры

разработки документов планирования физического воспитания;

осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля

оценивания результатов контроля и разработки рекомендаций по совершенствованию подготовленности обучающихся с учётом их возраста, уровня подготовленности

педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию.

Раздел 2. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы.

Тема 2.1. Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха. Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены.

Лекция № 1 (2 часа) Цель и особенности построения комплексов утренней гигиенической гимнастики. Цель, направленность и особенности построения комплексов вводной гимнастики. Цель и организационные требования к проведению микропаузы активного отдыха. Цель и организационные требования физкультурных минуток и физкультурных пауз. Цель и организационные требования к проведению подвижных перемен.

Самостоятельная работа (2 часа) Модель двигательного режима обучающихся общеобразовательных учреждений. Изучить научно-методическую литературу по данной тематике. Подготовка к написанию контрольной работы № 1.

Тема 2.2. Разработка и проведение малых форм занятий внеурочной деятельности в общеобразовательной школе.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа) Организационно-методические основы проведения малых форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности. Составление и проведение комплексов малых форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности (утренняя гигиеническая гимнастика, вводная гимнастика, микропауза активного отдыха, физкультурная минутка и/или физкультурная пауза, подвижные перемены.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;

алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
методов работы в профессиональной и смежных сферах;
структур плана для решения задач;
порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
формата оформления результатов поиска информации, современные средства и
устройства информатизации;
порядка их применения и программное обеспечение в профессиональной
деятельности в том числе с использованием цифровых средств;
психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей
личности;
основ проектной деятельности;
особенностей социального и культурного контекста;
правил оформления документов и построения устных сообщений;
роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном
развитии человека;
основ здорового образа жизни;
условий профессиональной деятельности и зон риска физического здоровья для
специальности;
средств профилактики перенапряжения;
правил построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
основных общеупотребительных глаголов (бытовая и профессиональная лексика);
требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;
общих целей и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизация
для школьников разного возрастного периода;
методических особенностей проведения уроков физической культуры для
обучающихся различного школьного возраста
классификаций, направленности и педагогических возможностей средств и
методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической
культурой
методик поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся
школьного возраста
методических основ воспитания физических качеств и способностей обучающихся
школьного возраста
приёмов страховки и самостраховки, требования охраны труда при проведении
занятий
специальных подходов к обучению в целях включения в образовательный процесс
всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся,
проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями
здоровья
педагогического контроля и учёта в физическом воспитании обучающихся
назначения основных средств и методов контроля качества образовательного
процесса по физической культуре
методик планирования и проведения внеурочных занятий физическими
упражнениями с обучающимися школьного возраста исходя из их направленности и
решаемых задач
дозировании физической нагрузки при проведении внеурочных занятий
физическими упражнениями с обучающимися разного возраста
планировании средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при
организации секционных занятий во внеурочной деятельности
требований охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной
деятельности

критерии и показатели эффективности неурочных форм занятий в физическом воспитании школьников.

умений –распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;

анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;

определять этапы решения задачи;

выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;

составлять план действия;

определять необходимые ресурсы;

владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;

реализовывать составленный план;

оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

определять задачи для поиска информации;

определять необходимые источники информации;

планировать процесс поиска;

структурировать получаемую информацию;

выделять наиболее значимое в перечне информации;

оценивать практическую значимость результатов поиска;

оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;

использовать современное программное обеспечение;

использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.

организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности

понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;

участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;

строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;

кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);

писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья

применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы

использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности»

дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений

использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса

формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями

разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях

использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры

использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь

обучать приёмам страховки и само страховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры;

использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом

использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура»

определять цели и задачи неурочных форм занятий в режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности

определять оптимальные средства, методы и организационные условия для проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач

планировать и проводить неурочные формы занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющихся организационных условий

мотивировать и приобщать обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом

подбирать необходимый инвентарь и оборудование для проведения неурочных занятий исходя из решаемых задач, обучать приёмам страховки и само страховки, обеспечивать меры охраны труда.

навыков - определения целей и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами разработки документов планирования физического воспитания.

проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями обучающихся и состоянием их здоровья

осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля

педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию

разработки и проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школьника

разработки и проведения различных занятий и мероприятий по физическому воспитанию во внеурочной деятельности.

Раздел 3. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы

Тема 3.1. Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе.

Лекция № 1 (2 часа) Цель и методические подходы к проведению спортивных праздников. Основные организационные требования к проведению спортивных праздников, Дня здоровья.

Самостоятельная работа (2 часа) Особенности в организации и проведении спортивных праздников, дней здоровья. Подготовка к написанию контрольной работы № 2.

Тема 3.2. Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Лекция № 1 (2 часа) Особенности работы спортивных секций в общеобразовательной организации. Основные требования к организации и функционированию спортивных секций в общеобразовательных организациях. Характеристика и особенности организации самостоятельных занятий по физической культуре.

Самостоятельная работа (2 часа) Структура и содержание учебных секционных спортивных занятий в зависимости от их типа и направленности. Характеристика и особенности организации самостоятельных занятий по физической культуре. Подготовка к написанию контрольной работы № 2.

Тема 3.3. Планирование и проведение спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических упражнений для самостоятельной работы.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа) Организационно-методические основы проведения крупных форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности. Составление и проведение спортивных праздников, дней здоровья, спортивных секций, самостоятельных занятий по физической культуре.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;

алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях;

методов работы в профессиональной и смежных сферах;

структур плана для решения задач;

порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности

психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности;

- основ проектной деятельности;
- особенностей социального и культурного контекста;
- правил оформления документов и построения устных сообщений;
- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основ здорового образа жизни;
- условий профессиональной деятельности и зон риска физического здоровья для специальности;
- средств профилактики перенапряжения;
- правил построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
- основных общеупотребительных глаголов (бытовая и профессиональная лексика);
- лексического минимума, относящихся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;

учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;

- требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;
- общих целей и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода;
- методических особенностей проведения уроков физической культуры для обучающихся различного школьного возраста
- классификаций, направленности и педагогических возможностей средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой
- методик поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся школьного возраста
- методических основ воспитания физических качеств и способностей обучающихся школьного возраста
- приёмов страховки и самостраховки, требования охраны труда при проведении занятий
- специальных подходов к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
- возможностей урока физической культуры в воспитании обучающихся
- педагогического контроля и учёта в физическом воспитании обучающихся
- назначения основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре
- назначения доступных и информативных контрольно-измерительных приборов и возможности их использование для получения объективной информации о результатах педагогического процесса по физической культуре
- особенностей оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении учебного предмета «Физическая культура»
- разновидностей и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста
- методик планирования и проведения внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися школьного возраста исходя из их направленности и решаемых задач
- дозировании физической нагрузки при проведении внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися разного возраста

планировании средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при организации секционных занятий во внеурочной деятельности

требований охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной деятельности

критерии и показатели эффективности неурочных форм занятий в физическом воспитании школьников.

умений –распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;

анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;

определять этапы решения задачи;

выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;

составлять план действия;

определять необходимые ресурсы;

владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;

реализовывать составленный план;

оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации;

планировать процесс поиска;

структурировать получаемую информацию;

выделять наиболее значимое в перечне информации;

оценивать практическую значимость результатов поиска;

оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;

использовать современное программное обеспечение;

использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.

организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности

понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;

участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;

кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);

писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся,

уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья

применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы

использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности»

обучать технике физических упражнений согласно методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам

осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности обучающихся

дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений

использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса

формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями

разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях

использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры

использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь

обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры;

оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура»

использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом

осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся

использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура»;

вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации

определять цели и задачи неурочных форм занятий в режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности

определять оптимальные средства, методы и организационные условия для проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач

планировать и проводить неурочные формы занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющихся организационных условий

мотивировать и приобщать обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом

подбирать необходимый инвентарь и оборудование для проведения неурочных занятий исходя из решаемых задач, обучать приёмам страховки и само страховки, обеспечивать меры охраны труда.

навыков - определения целей и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами

разработки документов планирования физического воспитания.

проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями обучающихся и состоянием их здоровья

осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля

оценивания результатов контроля и разработки рекомендаций по совершенствованию подготовленности обучающихся с учётом их возраста, уровня подготовленности

педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию

ведения документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации

разработки и проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школьника

разработки и проведения различных занятий и мероприятий по физическому воспитанию во внеурочной деятельности.

Раздел 4. Виды документации и требования к её оформлению.

Тема 4.1. Программно-нормативные требования к организации и содержанию внеурочной деятельности в системе общего образования.

Лекция № 1 (2 часа) Компонент государственного стандарта. Программа по физической культуре. Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы.

Самостоятельная работа (2 часа) Понятие о внеурочной деятельности и неурочных формах занятий физической культурой в системе общего образования. Подготовка к написанию контрольной работы № 2.

Тема 4.2. Методические основы составления тематического планирования. Особенности составления и заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований.

Практическое занятие № 1 (2 часа) Особенности составления тематического планирования для проведения внеурочной деятельности.

Практическое занятие № 2 (2 часа) Особенности составления и заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований в зависимости от их формы проведения.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
методов работы в профессиональной и смежных сферах;
структур плана для решения задач;
порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;
приемов структурирования информации;
формата оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации;
порядка их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств;
основ проектной деятельности;
правил оформления документов и построения устных сообщений;
роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
правил построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
основных общеупотребительных глаголов (бытовая и профессиональная лексика);
лексического минимума, относящихся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
особенностей произношения;
правил чтения текстов профессиональной направленности;
значений, мест и основных исторических этапов становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;
учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;
требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;
общих целей и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода;
методических особенностей проведения уроков физической культуры для обучающихся различного школьного возраста
классификаций, направленности и педагогических возможностей средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой
специальных подходов к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
возможностей урока физической культуры в воспитании обучающихся
педагогического контроля и учёта в физическом воспитании обучающихся
назначения основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре
разновидностей и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста
требований к ведению документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации
методик планирования и проведения внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися школьного возраста исходя из их направленности и решаемых задач

планировании средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при организации секционных занятий во внеурочной деятельности

порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба

умений –распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;

анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;

определять этапы решения задачи;

выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;

составлять план действия;

определять необходимые ресурсы;

владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;

реализовывать составленный план;

оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации;

планировать процесс поиска;

структурировать получаемую информацию;

выделять наиболее значимое в перечне информации;

оценивать практическую значимость результатов поиска;

оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;

использовать современное программное обеспечение;

использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.

организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;

участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;

строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;

кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);

писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями;

применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы

формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями

разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях

использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры

оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура»

использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом

осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся

использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура»;

вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации

определять цели и задачи неурочных форм занятий в режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности

планировать и проводить неурочные формы занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющихся организационных условий.

навыков -определения целей и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами

изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры

разработки документов планирования физического воспитания.

осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля

оценивания результатов контроля и разработки рекомендаций по совершенствованию подготовленности обучающихся с учётом из возраста, уровня подготовленности

педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию

ведения документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации

разработки и проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школьника

разработки и проведения различных занятий и мероприятий по физическому воспитанию во внеурочной деятельности.

**ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации
самостоятельной работы обучающегося**

5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемк ость, часов
1.	Раздел 2. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы		
	Тема 2.1. Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха; Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Модель двигательного режима обучающихся общеобразовательных учреждений. 2. Изучить научно-методическую литературу по данной тематике. 3. Подготовка к написанию контрольной работы № 1. <i>Рекомендованные источники литературы:</i> 1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. – Москва: Юрайт, 2021. – 176 с. 2. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – 2-е изд. – Москва: Просвещение, 2017. – 128 с. 3. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 127 с. 4. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников: учебное пособие / М.П. Мухина. – Омск: СибГУФК, 2014. – 400 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 5. Подвижные игры: учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. – Омск: СибГУФК, 2019. – 158 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	2
2	Раздел 3. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы		
	Тема 3.1.	<i>Работа с лекционным материалом.</i>	2

	Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе.	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Особенности в организации и проведении спортивных праздников, дней здоровья. 2. Подготовка к написанию контрольной работы № 2. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. – Москва: Юрайт, 2021. – 176 с. 2. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 127 с. 3. Подвижные игры: учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. – Омск: СибГУФК, 2019. – 158 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 4. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время / авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. – Волгоград: Учитель, 2008. – 92 с. 5. Шайкина, О.Е. Организация и методика проведения игр-эстафет: учебно-методическое пособие / О.Е. Шайкина, Е. Н. Ирхина. – Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2021. – 46 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	
	Тема 3.2. Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Структура и содержание учебных секционных спортивных занятий в зависимости от их типа и направленности. 2. Характеристика и особенности организации самостоятельных занятий по физической культуре. 3. Подготовка к написанию контрольной работы № 2. <i>Рекомендованные источники литературы:</i> 1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. – Москва: Юрайт, 2021. – 176 с. 2. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с.	2

		3. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся: гимнастика: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 80 с. 4. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 127 с. 5. Спортивные игры: основы обучения технике игры: учебно-методическое пособие для бакалавров / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. – Великие Луки, 2017. – 166 с. 6. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов высших учебных заведений / Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов [и др.]; редактор Ю.Д. Железняк. – 8-е изд., перераб. – Москва: Академия, 2013. – 464 с.	
	Раздел 4. Виды документации и требования к её оформлению		
3	Тема 4.1. Компонент государственного стандарта. Программа по физической культуре. Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Понятие о внеурочной деятельности и неурочных формах занятий физической культурой в системе общего образования. 2. Подготовка к написанию контрольной работы № 2. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. – Москва: Юрайт, 2021. – 176 с. 2. Литвинов, С.А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. - 2-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 413 с. - (Высшее образование). 3. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников: учебное пособие / М.П. Мухина. – Омск: СибГУФК, 2014. – 400 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 4. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва: Министерство спорта Российской Федерации, 2008-2019. – URL: http://minsport.gov.ru (дата обращения: 21.10.2025).	2

5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы

Методические рекомендации для самостоятельного изучения вопросов по теме

В связи с тем, что значительное время при освоении учебной дисциплины отводится на самостоятельную работу, обучающемуся в процессе подготовки к семинарским занятиям, а также при самостоятельном изучении первоисточников и специальной аналитической литературы предлагается подумать над контрольными вопросами. Эти вопросы не повторяют вопросы лекций, практических/лабораторных/семинарских занятий, самостоятельной работы, зачёта/экзамена, но обращают внимание на проблемный характер изучаемых тем и предлагают подумать и определить собственное отношение к тем или иным аспектам и предложить решение проблемы.

Методические рекомендации для подготовки к контрольной работе

Примерные варианты контрольных работ представлены в приложении 1. Ознакомление с темами контрольных работ, их количеством, условиями ответов на вопросы контрольных работ, самими вопросами и вариантами ответов на них позволяет создать относительно полное впечатление об особенностях их проведения. При подготовке к контрольной работе по определённой теме рекомендуется повторно проанализировать теоретический материал по теме, повторить особенности методики изучения вопроса, освоенной на практическом занятии, и ознакомиться с содержанием рекомендованных разделов учебных пособий.

5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося

Критерии оценки самостоятельного изучения материала

Результаты самостоятельного изучения материала обсуждаются на практических/семинарских занятиях, оценивание производится по следующим критериям:

оценка «отлично»	1. По самостоятельно изученным темам/вопросам отвечает полно и правильно; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «хорошо»	Дает правильные ответы, допускает неточности или недочеты, может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «удовлетворительно»	Отвечает, но допускает ошибки, излагает материал недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; с трудом приводит отдельные примеры из практики
оценка «неудовлетворительно»	Не отвечает или отвечает неправильно, только иногда дает правильные ответы; не приводит примеров из практики

Критерии оценки подготовки к контрольной работе по теме

оценка «отлично»	выставляется при условии выбора обучающимся 90-100% правильных ответов при тестировании
оценка «хорошо»	выставляется при условии выбора обучающимся 76-89 % правильных ответов при тестировании
оценка «удовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся 50-75 % правильных ответов при тестировании

оценка «неудовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся менее 50 % правильных ответов при тестировании
---------------------------------	---

5.4. Критерии оценивания учебной практики проведения занятия физическими упражнениями во внеурочной деятельности

Удовлетворительно: содержание проведения неоднократно отклонялось от конспекта. Заданная в конспекте последовательность упражнений нарушается, ошибки занимающихся исправляются редко. При проведении основной части студент неграмотно организует места занятий и расположение занимающихся, не использует приемы, повышающие эффективность обучения (зрительные ориентиры, фиксацию положений, имитацию и т.п.), не всегда целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. В основной части студент допускает ошибки в подготовке мест занятий, в распределении времени на решение отдельных задач. В заключительной части студент лишь подводит итоги урока. По ходу выполнения упражнений редко высказывались оценочные суждения, делались замечания, не уточнялись представления детей. Двигательная и речевая подготовленность педагога на низком уровне. Не всегда держит занимающихся в поле зрения, не распределяет внимание между всеми занимающимися. В занятии присутствуют необоснованные паузы. За дисциплиной на занятии следит фрагментарно. При проведении присутствуют значительные ошибки в методике обучения и физического развития, и в технике безопасности.

Хорошо: содержание проведения в целом соответствует содержанию конспекта, есть небольшие отклонения от конспекта. В процессе занятия управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, голосовыми интонациями. Организация занятия на хорошем уровне – в процессе всего занятия студент управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, знает технику выполнения изучаемых упражнений, методику их обучения, исправляет ошибки занимающихся. При проведении изучаемых упражнений студент правильно по терминологии называет упражнения, показывает их хорошо, заданную в конспекте последовательность упражнений, исправляет ошибки занимающихся, управляет их действиями, но допускает неравномерное распределение внимания между занимающимися. При проведении основной части студент организует места занятий и расположение занимающихся. Целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. При проведении эстафет и подвижных игр контролирует качество выполнения и подводит итоги, используя систему штрафных очков. В заключительной части студент подводит итоги урока, отмечает лучших учеников, дает задание на дом. По ходу выполнения упражнений высказывались отдельные оценочные суждения, делались замечания, уточнялись представления детей. Двигательная и речевая подготовленность педагога на хорошем уровне. В занятии присутствуют необоснованные паузы. Старается следить за дисциплиной на занятии. При проведении отсутствуют грубые и значительные ошибки в методике обучения и физического развития, и в технике безопасности.

Отлично: содержание проведения соответствует содержанию конспекта. Заранее подготовлен инвентарь. В процессе всего занятия четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, голосовыми интонациями. По ходу выполнения упражнений высказывались оценочные суждения, делались замечания, уточнялись представления детей. При проведении изучаемых упражнений студент правильно по терминологии называет упражнения, образцово показывает их, грамотно выбирает свое расположение, соблюдает заданную в конспекте последовательность упражнений, грамотно ведет счет, использует подсказывающий подсчет, исправляет ошибки занимающихся, управляет их действиями. При проведении

основной части студент грамотно организует места занятий и расположение занимающихся, использует целесообразные способы организации, последовательно осуществляет решение задач урока, при обучении организует наглядность (двигательную, зрительную, звуковую). Целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. В содержании занятия используются упражнения, поднимающие эмоциональный настрой и повышающие мотивацию обучения. При проведении эстафет и подвижных игр четко контролирует качество выполнения, объективно подводит итоги. Подбор эстафет и подвижных игр интересен для занимающихся. В заключительной части студент подводит итоги урока, отмечает лучших, дает задание на дом. Двигательная и речевая подготовленность педагога на достаточно высоком уровне. Всегда держит занимающихся в поле зрения, распределяет внимание между всеми занимающимися. В занятии отсутствуют необоснованные паузы или простой. Следит за дисциплиной на занятии. При проведении отсутствуют грубые и значительные ошибки в методике обучения двигательным действиям, развития физических качеств и в технике безопасности.

5.4.Задание для учебной практики

3 курс, 6 семестр

Задания по учебной практике для проведения фрагмента урока по спортивным и подвижным играм:

Разработать комплекс малых/крупных форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы и провести учебную практику не ниже оценки «удовлетворительно».

- утренней гимнастики для детей младшего школьного возраста;
- утренней гимнастики для детей среднего школьного возраста;
- утренней гимнастики для детей старшего школьного возраста;
- вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей младшего школьного возраста;
- вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей среднего школьного возраста;
- вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей старшего школьного возраста;
- вводной гимнастики общей направленности для детей младшего школьного возраста;
- вводной гимнастики общей направленности для детей среднего школьного возраста;
- вводной гимнастики общей направленности для детей старшего школьного возраста;
- микропаузы активного отдыха для снятия напряжения с глазных мышц;
- микропаузы для улучшения мозгового кровообращения;
- микропаузы для коррекции осанки;
- физкультурной минутки для детей младшего школьного возраста;
- физкультурной минутки для детей среднего школьного возраста;
- физкультурной минутки для детей старшего школьного возраста;
- физкультурной минутки для улучшения мозгового кровообращения;
- физкультурной минутки для снятия утомления с плечевого пояса и рук;
- физкультурной минутки для снятия утомления с туловища;
- подвижной перемены в необорудованных помещениях (школьный коридор, рекреация);

- подвижной перемены в оборудованных помещениях (спортивный зал, спортивная площадка);
- общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей младшего школьного возраста;
- общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей среднего школьного возраста;
- общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей среднего школьного возраста;
- спортивного праздника для детей младшего школьного возраста;
- спортивного праздника для детей среднего школьного возраста;
- спортивного праздника для детей старшего школьного возраста.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Таблица раздела 1 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенными с основной профессиональной образовательной программой профессиональными стандартами - в ней определены трудовые функции профессиональных стандартов, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующих компетенций в рамках учебной дисциплины.

6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не знает	неудовлетворительно	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументировано и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки, неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	высокий
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый
	Не может решить практические задачи	недостаточный
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их	недостаточный

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
	продемонстрировать	

6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы

6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания

3 курс, 6 семестр

1. Дать понятие «внеурочная деятельность».
2. Направления внеурочной деятельности, которые необходимо отразить в плане образовательной организации.
3. Признаки неурочных форм занятий.
4. Классификация неурочных форм занятий.
5. Задачи неурочных форм занятий.
6. Классификация малых форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности в образовательных учреждениях.
7. Классификация крупных форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности в образовательных учреждениях.
8. Утренняя гимнастика (зарядка). Организационно-методические подходы утренней гимнастики.
9. Вводная гимнастика. Цель и методические подходы.
10. Организационные требования к проведению комплексов упражнений вводной гимнастики.
11. Микропауза активного отдыха. Определение, цель, задачи.
12. Организационные требования к проведению микропаузы активного отдыха.
13. Физкультурные минутки и физкультурные паузы. Определение, цель, задачи.
14. Методические подходы при составлении физкультурных минут и пауз.
15. Организационные требования к проведению физкультурных минут и пауз.
16. Подвижные перемены. Цель и методические подходы.
17. Организационные требования к проведению подвижных перемен.
18. Критерии эффективности применения малых форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.
19. «Дни здоровья» в общеобразовательных учреждениях. Цель и методические подходы.
20. Организационные требования к проведению «Дней здоровья» в общеобразовательных учреждениях.
21. Спортивные праздники. Цель и методические подходы.
22. Организационные требования к спортивным праздникам в общеобразовательных учреждениях.
23. Спортивные секции. Цель и специфические особенности.
24. Основные требования к организации и функционированию спортивных секций в общеобразовательных организациях.
25. Самостоятельные занятия физическими упражнениями. Цель и методические подходы.

26. Критерии эффективности применения крупных форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.
27. Программно-нормативные требования к организации и содержанию внеурочной деятельности в системы высшего образования.
28. Обязательная и вариативная часть плана внеурочной деятельности.
29. Тематическое планирование внеурочной деятельности.
30. Календарь спортивно-массовой работы внеурочной деятельности.

6.4.2. Перечень вопросов/заданий для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания и умения

3 курс, 6 семестр

1. Схематично изобразить классификацию малых форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.
2. Схематично изобразить классификацию крупных форм физических упражнений во внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.
3. Подобрать средства и установить дозировку при проведении утренней гимнастики.
4. Подобрать средства и установить дозировку при проведении вводной гимнастики.
5. Подобрать средства и установить дозировку при проведении микропаузы.
6. Подобрать средства и установить дозировку при проведении физкультурной минутки и паузы для детей младшего возраста.
7. Подобрать средства и установить дозировку при проведении физкультурной минутки и паузы для детей среднего возраста.
8. Подобрать не менее 3-х подвижных игр для проведения подвижной перемены в оборудованных помещениях (спортивный зал, спортивная площадка) для детей младшего школьного возраста.
9. Подобрать не менее 3-х подвижных игр для проведения подвижной перемены в оборудованных помещениях (спортивный зал, спортивная площадка) для детей среднего школьного возраста.
10. Подобрать не менее 3-х подвижных игр для проведения подвижной перемены в необорудованных помещениях (школьный коридор, рекреация) для детей младшего школьного возраста.
11. Подобрать не менее 3-х подвижных игр для проведения подвижной перемены в необорудованных помещениях (школьный коридор, рекреация) для детей среднего школьного возраста.
12. Составить план проведения «Дня здоровья» для детей младшего школьного возраста на открытой площадке.
13. Составить план проведения «Дня здоровья» для детей младшего школьного возраста на открытой площадке.
14. Составить план проведения «Дня здоровья» для детей младшего школьного возраста в спортивном зале.
15. Составить план проведения «Дня здоровья» для детей младшего школьного возраста в спортивном зале.
16. Составить сценарий проведения спортивного праздника для младших школьников.
17. Составить сценарий проведения спортивного праздника для класса.
18. Составить сценарий проведения общешкольного спортивного праздника.

19. Разработать план работы спортивной секции по спортивным играм (волейбол, футбол, баскетбол) для детей младшего школьного возраста. Указать соотношение основных разделов подготовки.
20. Разработать план работы спортивной секции по спортивным играм (волейбол, футбол, баскетбол) для детей среднего школьного возраста. Указать соотношение основных разделов подготовки.
21. Разработать план работы спортивной секции по легкой атлетике для детей младшего школьного возраста. Указать соотношение основных разделов подготовки.
22. Разработать план работы спортивной секции по легкой атлетике для детей среднего школьного возраста. Указать соотношение основных разделов подготовки.
23. Подобрать средства и установить дозировку при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями по легкой атлетике.
24. Подобрать средства и установить дозировку при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями по спортивным играм.
25. Подобрать средства и установить дозировку при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями по гимнастике.
26. Составить календарный план спортивно-массовых мероприятий для класса.
27. Составить календарный план спортивно-массовых мероприятий для школы.
28. Перечислить требования к внеурочной деятельности из основной образовательной программы начального общего образования.
29. Перечислить требования к внеурочной деятельности из основной образовательной программы основного общего образования.
30. Заполнить протоколы, заявки и таблицы соревнований по заданию преподавателя.

6.4.3. Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на зачёте/экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности

3 курс, 6 семестр (зачёт)

Разработать комплекс малых/крупных форм занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы и провести учебную практику не ниже оценки «удовлетворительно».

1. Утренней гимнастики для детей младшего школьного возраста.
2. Утренней гимнастики для детей среднего школьного возраста.
3. Утренней гимнастики для детей старшего школьного возраста.
4. Вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей младшего школьного возраста.
5. Вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей среднего школьного возраста.
6. Вводной гимнастики для активизации нервных процессов для детей старшего школьного возраста.
7. Вводной гимнастики общей направленности для детей младшего школьного возраста.
8. Вводной гимнастики общей направленности для детей среднего школьного возраста.
9. Вводной гимнастики общей направленности для детей старшего школьного возраста.
10. Микропаузы активного отдыха для снятия напряжения с глазных мышц.
11. Микропаузы для улучшения мозгового кровообращения.
12. Микропаузы для коррекции осанки.
13. Физкультурной минутки для детей младшего школьного возраста.
14. Физкультурной минутки для детей среднего школьного возраста.

15. Физкультурной минутки для детей старшего школьного возраста.
16. Физкультурной минутки для улучшения мозгового кровообращения.
17. Физкультурной минутки для снятия утомления с плечевого пояса и рук.
18. Физкультурной минутки для снятия утомления с туловища.
19. Подвижной перемены в необорудованных помещениях (школьный коридор, рекреация) для детей младшего школьного возраста.
20. Подвижной перемены в необорудованных помещениях для детей среднего школьного возраста (школьный коридор, рекреация) для детей среднего школьного возраста.
21. Подвижной перемены в оборудованных помещениях (спортивный зал, спортивная площадка) для детей младшего школьного возраста.
22. Подвижной перемены в оборудованных помещениях (спортивный зал, спортивная площадка) для детей среднего школьного возраста.
23. Общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей младшего школьного возраста.
24. Общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей среднего школьного возраста.
25. Общешкольного мероприятия «День здоровья» для детей старшего школьного возраста.
26. Самостоятельных занятий физическими упражнениями.
27. Спортивного праздника для детей младшего школьного возраста.
28. Спортивного праздника для детей среднего школьного возраста.
29. Спортивного праздника для детей старшего школьного возраста.
30. Спортивного общешкольного праздника в честь государственного или иного мероприятия.

6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации

№ п/п	Тема или раздел	Код контролируемых компетенций	Номер зачётного /экзаменационного вопроса для контроля знаний	Номер экзаменационного вопроса /ситуационной задачи для контроля знаний и умений	Номер практического задания для контроля сформированности умений и опыта практической деятельности
6 семестр, зачёт					
1.	Раздел 1. Внеурочная деятельность как неотъемлемая часть образовательной деятельности	ОК 01., ОК 02., ОК 05., ОК 08., ОК 09., ПК 3.5.	1-5		
2.	Раздел 2. Малые формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы	ОК 01., ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 05., ОК 08., ОК 09., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.3., ПК 3.4., ПК 3.5.	6, 8-18,	1, 3-11	1-22
3.	Раздел 3. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности	ОК 01., ОК 02., ОК 03., ОК 04., ОК 05., ОК 08., ОК 09., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.3., ПК 3.4., ПК 3.5.	7, 19-26	2, 12-25	23-30

	общеобразовательной школы				
4.	Раздел 4. Виды документации и требования к её оформлению	ОК 01., ОК 02., ОК 05., ОК 08., ОК 09	27-30	26-30	

6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, подробно описаны в Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (принято решением учёного совета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 24 апреля 2025 года, протокол № 09, введено в действие приказом ректора ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» № 78 от 24 апреля 2025 года).

Критерии оценивания ответа обучающегося на зачёте

«зачтено»	Обучающийся обнаруживает знание большей части основного учебного материала в объёме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, возможны некоторые неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые обучающийся исправляет после пояснений, данных преподавателем; владеет навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций - не ниже порогового
«не зачтено»	Обучающийся имеет существенные пробелы в теоретических знаниях содержания дисциплины, допускает принципиальные ошибки при выполнении заданий, не способен решать профессиональные задачи. Уровень сформированности компетенций - недостаточный

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1.1. Рекомендуемая литература (основная)

1. Алхасов, Д.С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. – Москва: Юрайт, 2021. – 176 с.
2. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с.
3. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся: гимнастика: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 80 с.

4. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – 2-е изд. – Москва: Просвещение, 2017. – 128 с.
5. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – Москва: Просвещение, 2014. – 127 с.
6. Литвинов, С.А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. - 2-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 413 с. - (Высшее образование).
7. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников: учебное пособие / М.П. Мухина. – Омск: СибГУФК, 2014. – 400 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
8. Подвижные игры: учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. – Омск: СибГУФК, 2019. – 158 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
9. Спортивные игры: основы обучения технике игры: учебно-методическое пособие для бакалавров / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. – Великие Луки, 2017. – 166 с.
10. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов высших учебных заведений / Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов [и др.]; редактор Ю.Д. Железняк. – 8-е изд., перераб. – Москва: Академия, 2013. – 464 с.
11. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время / авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. – Волгоград: Учитель, 2008. – 92 с.

7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко [и др.]. - Омск: СибГУФК, 2014. - 136с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
2. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / под. ред. Е.Н. Чернышевой, Л.Г. Львовой, Ю.В. Стрелецкой. – Великие Луки, 2018. – 115 с.
3. Шайкина, О.Е. Организация и методика проведения игр-эстафет: учебно-методическое пособие / О.Е. Шайкина, Е. Н. Ирхина. – Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2021. – 46 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва: Министерство спорта Российской Федерации, 2008-2019. – URL: <http://minsport.gov.ru> (дата обращения: 21.10.2025).
2. Всероссийская федерация волейбола: сайт. – URL: <http://www.volley.ru/>(дата обращения 10.11.2025).
3. Всероссийская федерация баскетбола: сайт. – URL: <https://russiabasket.ru/>(дата обращения 10.11.2025).
4. Журнал «Теория и практика физической культуры»: сайт.– URL: <http://www.teoriya.ru/ru>(дата обращения 10.11.2025).

7.3. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2007
2. Microsoft Windows XP
3. Microsoft Windows 7
4. «Личный кабинет обучающегося» на вэб-ресурсе собственной разработки

7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети

1. Информационная справочная правовая система «КонсультантПлюс». – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Обновление ежемесячно.
2. Электронная библиотека Национального государственного университета им. Лесгафта (Санкт-Петербург). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
3. Электронная библиотека Московской государственной академии физической культуры (Малаховка). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Электронная библиотека Сибирского университета физической культуры (Омск). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
5. Электронная библиотека Воронежской государственной академии спорта. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

1. РУКОНТ: национальный цифровой ресурс: межотраслевая электронная библиотека: сайт / Консорциум «КОНТЕКСТУМ». – Москва, 2010. – URL: <http://lib.rucont.ru/search> (дата обращения: 21.10.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей.

7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа

1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 21.10.2025).
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 21.10.2025).
3. Физкультура и спорт: сайт. - URL: <https://www.fizkulturaissport.ru/> (дата обращения: 21.10.2025).

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Аудитория для лекций, семинарских и методических занятий № 402 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Столы ученические – 10 шт.; Стулья ученические – 30шт.; Посадочных мест – 30; Стол компьютерный - 1 шт.; Стол для преподавателя – 1 шт.; Стул для преподавателя – 1 шт.;

	Доска информационная пластиковая - 123x153см - 1 шт.; Экран для видеопроектора 243x151см - 1 шт.; Переносной мультимедиа проектор Acer X118H – 1шт.; Переносной ноутбук Acer Aspire 3 (N19C1) -1 шт.; Мышь компьютерная – 1шт; Телевизор – DAEWOO – 1 шт.; Колонки компьютерные Genius – 1шт.; Трибуна для докладчика – 1шт. Лицензия № 42024904 от 09.04.2007 Windows XP «Центр регионального планирования, АНО» Лицензия № 43246213 от 21.12.2007 OfficeEnterprise 2007 «Биг Компьютерс»
Зал спортивных игр № 304 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Площадка баскетбольная с разметкой 28x15 м. – 1 шт.; Площадка волейбольная с разметкой – 18x9 м. – 2 шт.; Площадка футзальная с разметкой 40x20м. – 1 шт.; Ворота мини-футбольные – 2 шт.; Стойки волейбольные – 4 шт.; Тренажеры для тренировки волейбольных передач – 2 шт.; Щиты баскетбольные с кольцами – 7 шт. (2 игровых с мягкой защитой, 5 тренировочных); Тумбы прыжковые – 4 шт.; Маты гимнастические – 6 шт.; Скамейки – 22 шт.; Вышка судейская для волейбола – 1 шт.; Табло – 1 шт.; Мини-табло счетчики для 24 секунд – 2 шт.
Инвентарная зала спортивных игр № 304 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Мячи волейбольные – 10 шт.; Мячи футзальные – 10 шт.; Мячи баскетбольные – 30 шт.; Мячи набивные: - 5кг. – 5 шт.; - 3кг. – 7 шт.; Мячи теннисные – 20шт.; Скакалки – 15 шт.; Конусы пластмассовые разноцветные – 12 шт.; Стойки деревянные - 10 шт.; Корзина для мячей – 1 шт.; Защитные маты для в/б стоек – 2 шт.; Сетка волейбольная – 2 шт.; «Макивара» защита для силовых упражнений баскетболистов – 2 шт.;

	Манекен защитника (баскетбол) – 2 шт.; Тренировочная лестница 6 м. – 1 шт.; Тренировочная лестница 10 м. – 1 шт.; Тренажёры для увеличения прыжка JumpSole - 10 пар; Силовые тренажеры – 4 шт.; Барьеры, регулируемые по высоте – 6 шт.; Балансировочные подушки - 5 шт.; Эспандеры – 15 шт.; Утяжелители для ног – 5 шт.; Насос (электрический) – 1 шт.; Стол для настольного тенниса – 4 шт.; Сетки для настольного тенниса – 4 шт.; Ракетки для настольного тенниса – 11 шт.; Мячи для настольного тенниса – 15 шт.; Ящик с номерами волейбольный для замены игроков – 1 шт.; Ящик с номерами баскетбольный для замены игроков – 1 шт.; Манишки одноцветные – 10 шт.; Полотеры для вытирания площадки – 2 шт.
Электронный читальный зал* библиотеки здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	11 посадочных мест, ученические столы – 11, ученические стулья – 11, персональные компьютеры ТОНК 1507 – 11 штук, мониторы Samsung 710N – 11 штук

**Помещения для самостоятельной работы*

9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине

9.1. Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия	Возможность применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при проведении учебного занятия
3 курс, 6 семестр				
1	Неурочные формы построения занятий физическими	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным	Лекция, 2 часа	да

	упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию.	проектором, экраном, ноутбуком		
2	Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями.	методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов)	Практическое занятие, 2 часа	да
3	Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха; Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	да
4-5	Разработка и проведение малых форм занятий внеурочной деятельности в общеобразовательной школе. Контрольная работа № 1 по темам «Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию», «Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями», «Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха. Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены», «Разработка и проведение малых форм занятий внеурочной деятельности в общеобразовательной школ	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС Контрольная работа №1 (в распеч. виде для кажд. обучающегося)	Практическое занятие, 4 часа	нет
6	Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном,	Лекция, 2 часа	да

		ноутбуком		
7	Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	да
8-9	Планирование и проведение спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических упражнений для самостоятельной работы	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС	Практическое занятие, 4 часа	нет
10	Компонент государственного стандарта. Программа по физической культуре. Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	нет
11-12	Методические основы составления тематического планирования, заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований Контрольная работа № 2 по темам «Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе», «Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями», «Планирование и проведение спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических упражнений для самостоятельной работы», «Компонент государственного стандарта. Программа по физической культуре.	Методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов)	Практическое занятие, 4 часа	нет

	Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы», «Методические основы составления тематического планирования, заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований»			
--	--	--	--	--

Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения

**Контрольные работы
3 курс, 6 семестр**

**Контрольная работа № 1
по дисциплине «Теоретические и методические организации внеурочной деятельности по физической культуре»
по темам: «Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию», «Анализ неурочных форм занятий физическими упражнениями», «Утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка). Гимнастика до занятий (вводная гимнастика). Микропауза активного отдыха. Физкультурные минуты и физкультурные паузы. Подвижные (динамические) перемены», «Разработка и проведение малых форм занятий внеурочной деятельности в общеобразовательной школе»**

1 вариант

1. Каким понятием обозначаются способы организации учебно-воспитательного процесса, характеризующиеся взаимодействием между участниками этого процесса и условиями занятий?

- А) методы построения занятий физическими упражнениями
- Б) приемы построения занятий физическими упражнениями
- В) формы построения занятий физическими упражнениями
- Г) принципы построения занятий физическими упражнениями

2. Какие из перечисленных ниже форм неурочных занятий относятся к группе крупных?

- А) физкультурные паузы и минуты
- Б) микропаузы активного отдыха
- В) спортивные секции
- Г) муниципальные официальные соревнования

3. Из перечисленных ниже пунктов отметьте те, которые соответствуют основной цели неурочных форм физического воспитания (несколько вариантов).

- А) помощь в самореализации обучающихся
- Б) раскрытие и развитие способностей и талантов обучающихся
- В) достижение высоких спортивных результатов
- Г) удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии

4. Физкультурная минута проводится:

- А) самостоятельно в домашних условиях
- Б) на первых уроках учебного дня
- В) во второй половине дня
- Г) в любое время на усмотрение педагога

5. Подвижные (динамические) перемены проводятся с целью:

- А) повышения работоспособности, внимания, снятия мышечного напряжения и умственного утомления, предупреждения нарушения осанки, повышения эмоционального настроя учащихся
- Б) снижения утомления, возникшего в результате учебной деятельности школьников
- В) обеспечения эффективного перехода от состояния покоя к состоянию активного бодрствования
- Г) ослабления общего или локального утомления путем частичного снижения или повышения возбудимости центральной нервной системы

6. В учебном процессе в основном используется _____, а _____ практически не применима.

Ответ: _____

7. Какая форма внеурочной деятельности проводится до начала учебных занятий и длится 5–7 минут?

- А) физкультурная пауза
- Б) вводная гимнастика
- В) динамическая перемена
- Г) спортивный час

8. Какова продолжительность основной части динамической перемены?

- А) 2–5 минут
- Б) 6–8 минут
- В) 15–25 минут
- Г) 30–40 минут

2 вариант

1. Как называется образовательная деятельность, направленная на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ (предметных, метапредметных и личностных), осуществляемая в формах, отличных от урочной?

Ответ: _____

2. На какой ступени общего образования направленность внеурочной работы изменяется в сторону сознательного выполнения учащимися правил сохранения и укрепления здоровья, ведения здорового образа жизни?

- А) на ступени дошкольного образования
- Б) на ступени общего среднего образования
- В) на ступени начального общего образования
- Г) на ступени основного общего образования

3. Целью какой формы занятий является активизация физиологических процессов в тех органах и системах организма, которые играют ведущую роль при выполнении конкретной работы?

- А) физкультурных минут
- Б) утренней гимнастики
- В) вводной гимнастики
- Г) подвижных перемен

4. Какие занятия проводятся с целью ослабить общее или локальное утомление путем частичного снижения или повышения возбудимости центральной нервной системы?

- А) утренняя гимнастика
- Б) физкультурные паузы
- В) микропауза активного отдыха

Г) подвижные перемены

5. Постепенный переход организма от состояния покоя к повседневному рабочему состоянию обеспечивает:

А) физкультурная пауза

Б) зарядка

В) вводная гимнастика

Г) микропауза активного отдыха

6. Отметьте методические подходы утренней гимнастики (несколько вариантов):

А) при незначительном утомлении в комплекс включаются динамические упражнения с элементами расслабления

Б) в состав включаются подвижные и спортивные игры

В) проводится регулярно и ежедневно

Г) используются элементарные гимнастические упражнения, выполняемые с невысокой интенсивностью

7. Какова основная цель физкультурной паузы?

А) подготовка к соревнованию;

Б) срочный активный отдых и предупреждение утомления;

В) развитие силовых качеств;

Г) обучение новым двигательным навыкам.

8. Какая форма внеурочной деятельности длится 20–30 секунд и направлена на снижение утомления?

А) динамическая перемена

Б) микропауза активного отдыха

В) физкультурная минутка

Г) вводная гимнастика

Контрольная работа № 2

по дисциплине «Теоретические и методические организации внеурочной деятельности по физической культуре»

по темам: «Организация и проведение спортивных праздников в общеобразовательной школе», «Организация и проведение спортивных секций. Особенности организации самостоятельных занятий физическими упражнениями», «Планирование и проведение спортивного праздника, спортивной секции, планирование физических упражнений для самостоятельной работы», «Компонент государственного стандарта. Программа по физической культуре. Тематическое планирование. Учебные нормативы. Правила техники безопасности по разделам программы. Календарь спортивно-массовой работы», «Методические основы составления тематического планирования, заполнения протоколов, заявок и таблиц соревнований»

1 вариант

1. Что НЕ относится к крупным формам внеурочной физкультурно-оздоровительной работы?

А) спортивные секции

Б) дни здоровья

В) физкультурные минутки

Г) спортивный час в группах продлённого дня

2. Что обычно входит в программу «Дней здоровья»?

А) контрольные работы по физкультуре

Б) спортивные и подвижные игры, «Весёлые старты»

В) теоретические лекции о ЗОЖ

Г) сдача нормативов ГТО

3. Кто может участвовать в спортивном часе в группах продлённого дня?

- А) только учащиеся основной медицинской группы
- Б) все дети, включая освобождённых от уроков физкультуры
- В) только спортсмены школьного уровня
- Г) только желающие старшеклассники

4. Какие документы разрабатываются для организации работы спортивных секций?

- А) федеральные государственные образовательные стандарты
- Б) финансово-хозяйственные документы
- В) государственные программы
- Г) локальные документы планирования

5. Какие документы разрабатываются для организации работы спортивных секций?

- А) локальные документы планирования
- Б) государственные программы
- В) финансово-хозяйственные документы
- Г) федеральные государственные образовательные стандарты

6. Целью проведения каких соревнований является приобщение учащихся к соревновательной деятельности повышенной сложности, формирование интереса к занятиям спортом, стимулирование развития моральных и личностных качеств?

- А) внутришкольных
- Б) межшкольных
- В) всероссийских
- Г) мировых

7. Внеурочная деятельность в начальной школе в рамках ФГОС призвана решать задачи?

- А) все ответы верны
- Б) обеспечения благоприятной адаптации ребёнка в школе
- В) улучшения условий для развития ребёнка

8. Занятия в спортивных секциях организуется и проводится?

Ответ: _____

2 вариант

1. Как часто рекомендуется проводить «Дни здоровья» в школе?

- А) ежемесячно
- Б) один раз в четверть
- В) раз в полугодие
- Г) по желанию администрации

2. Что НЕ является задачей спортивных секций в школе?

- А) приобщение к систематическим занятиям спортом;
- Б) подготовка к участию во внешкольных соревнованиях;
- В) проведение конкурсного отбора участников;
- Г) приобретение навыков судейства.

3. Какая из крупных форм занятий физическими упражнениями является самой доступной для участия как со стороны школьников, так и со стороны учителей:

- А) спортивные секции
- Б) спортивные праздники
- В) «Дни здоровья»
- Г) физкультурно-оздоровительные мероприятия в группах продленного дня

4. Содержанием какого мероприятия могут быть различные виды деятельности: двигательная, художественная, интеллектуальная или их сочетание?

- А) спортивных клубов

- Б) «Дня здоровья»
- В) спортивного праздника
- Г) физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах продленного дня

5. К какой форме неурочных занятий относятся «Дни здоровья»?

- А) к средним
- Б) к крупным
- В) к малым
- Г) к соревновательным

6. В ФГОС какого уровня образования, в отличие от других, выделена «Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни»?

- А) в ФГОС основного общего образования
- Б) в ФГОС начального общего образования
- В) в ФГОС дошкольного образования
- Г) в ФГОС общего среднего образования

7. Направления внеурочной деятельности по ФГОС:

- А) все ответы верны
- Б) спортивно-оздоровительное
- В) общекультурное
- Г) духовно-нравственное
- Д) общеинтеллектуальное

8. Самостоятельные занятия физическими упражнениями относятся к:

- А) внеклассной работе
- Б) учебной работе
- В) внешкольной работе
- Г) работе СШ

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптируется при необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) или инвалидностью и дополняется нижеследующими особенностями при ее освоении такими обучающимися. Используются следующие образовательные технологии с учетом их адаптации для лиц с ОВЗ или инвалидностью:

Образовательные технологии	Цель	Адаптированные методы
Проблемное обучение	Развитие познавательной способности, активности, творческой самостоятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Поисковые методы, постановка познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей лиц с ОВЗ или инвалидностью
Концентрированное обучение	Создание блочной структуры учебного процесса, наиболее отвечающей особенностям здоровья лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы, учитывающие динамику и уровень работоспособности лиц с ОВЗ или инвалидностью
Модульное обучение	Гибкость обучения, его приспособление к индивидуальным потребностям лиц с ОВЗ или инвалидностью	Индивидуальные методы обучения: индивидуальный темп и график обучения с учетом уровня базовой подготовки лиц с ОВЗ или инвалидностью
Дифференцированное обучение	Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных интересов и способностей лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы индивидуального личностно-ориентированного обучения с учетом ОВЗ и личностных психолого-физиологических особенностей
Развивающее обучение	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Вовлечение обучающихся с ОВЗ и инвалидов в различные виды деятельности, развитие сохранных возможностей
Социально-активное, интерактивное обучение	Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы социально-активного обучения, игровые методы с учетом социального опыта лиц с ОВЗ или инвалидностью
Рефлексивное обучение, развитие критического мышления	Интерактивное вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в групповой образовательный процесс	Интерактивные методы обучения, вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в различные виды деятельности,

		создание рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей
--	--	--

Имеется возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, в учебные помещения и другие помещения ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (на первые этажи) (имеются пандусы, поручни, расширенные дверные проёмы) по адресам:

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корп. 2;

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корпус 1;

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4.

Имеется возможность их пребывания в указанных помещениях. Лифтов нет. Аудитории для проведения учебных занятий с такими обучающимися располагаются на первых этажах.

Образовательные технологии применяются как с использованием универсальных, так и специальных информационных и коммуникационных средств, в зависимости от вида и характера ограниченных возможностей здоровья или инвалидностью обучающихся.

На уровне специальных приемов, используемых при обучении лиц с ОВЗ и инвалидностью используются следующие: 1) приемы, обеспечивающие доступность учебной информации (рельефное письмо и осязательное чтение для обучающихся с нарушениями зрения, жестовая речь для обучающихся с нарушениями слуха, дозированность учебной нагрузки и др.); 2) специальные приемы организации обучения (алгоритмизация учебной деятельности с учетом особенностей нарушения, специфика структурного построения занятий, и др.). 3) логические приемы переработки учебной информации (конкретизация, установление аналогий по образцам, обобщение по доступным признакам изучаемых объектов и явлений и др.); 4) приемы использования технических средств, специальных приборов и оборудования (технические средства по перекодированию зрительной и слуховой информации в доступные для сохраненных анализаторов сигналы, использование приборов, усиливающих зрительную, тактильную, слуховую и др. информацию).

Проводится дополнительная индивидуальная работа с преподавателем (индивидуальные консультации), работа с лекционным и дополнительным материалом, беседа, морально-эмоциональная поддержка и стимулирование, индивидуальная учебная работа, то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, или им требуется проведение индивидуальной учебно-воспитательной работы.

Обучающимся осуществляется самостоятельная работа: работа с книгой и другими источниками информации, план-конспекты, реферативные (воспроизводящие), реконструктивно-вариативные, эвристические, творческие самостоятельные работы, проектные работы, онлайн технологии сети «Интернет».

Конкретные формы и виды контактной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью устанавливаются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося или, при возможности, для нескольких обучающихся. Выбор форм и видов контактной и самостоятельной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, на компьютере или с использованием иной техники, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

К реализации дисциплины (модуля), в том числе при процедуре оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с запросами обучающихся) привлекаются услуги ассистентов, сурдопереводчиков¹, специалистов² по специальным техническим и программным средствам обучения.

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для слабовидящих обучающихся предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях выбирается место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

Дополнительное учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля):

- библиотечный фонд помимо учебной литературы включает справочно-библиографические и периодические издания в соответствии с перечнем указанным в рабочей программе дисциплины (модуля);

- обеспечивается доступ к ним обучающихся с ОВЗ и инвалидов с использованием специальных технических средств.

Дополнительное материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)³:

- Аппаратно-программный комплекс «Читающая машина» для лиц с нарушениями зрения;

- Увеличивающее телевизионное устройство для слабовидящих ElecGeste ЕМ-302 для лиц с нарушениями зрения;

- использование звукоусиливающей аппаратуры для лиц с нарушениями слуха.

Использование оценочных средств для определения уровня сформированности компетенций обучающихся с ОВЗ и инвалидов проводится с учетом индивидуальных особенностей восприятия, переработки материала, выполнения заданий. Материалы оценочных средств при необходимости представляются обучающимся в печатном и (или) электронном, и (или) аудиоформате, т.е. в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

¹ ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» заключён договор № б/н от 01.12.2017 года на оказание, в случае необходимости, услуг сурдопереводчика

² Приказом ректора № 201 от 25.10.2016 назначены ответственные за оказание технической помощи по каждому конкретному адресу (по каждому зданию)

³ 3 октября 2018 года заключено соглашение о сотрудничестве между ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», утвержденным в качестве образовательной организации высшего образования, подведомственной Министерству спорта Российской Федерации, на базе которой создан Ресурсный учебно-методический центр (РУМЦ) по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, и ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». На основании пункта 3.1.4. этого соглашения о сотрудничестве РУМЦ предоставляет во временное пользование образовательной организации высшего образования технические средства обучения и оборудование Центра коллективного пользования для обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Текущий контроль результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий семинарского типа, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствия формы действия данному этапу усвоения учебного материала, что позволяет своевременно выявить затруднения и отставание обучающихся с ОВЗ и инвалидов и внести коррективы в учебный процесс. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку или выполнение заданий.

Формы проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов, при необходимости предоставляется техническая помощь.

Тезисы лекций

Лекция № 1 «Неурочные формы построения занятий физическими упражнениями как содержательная часть внеурочной работы по физическому воспитанию»

В физическом воспитании учащихся выделяют урочные и внеурочные формы построения и организации занятий физическими упражнениями.

Формы построения занятий физическими упражнениями — это способы организации учебно-воспитательного процесса, характеризующиеся взаимодействием между участниками этого процесса и условиями занятий.

В отечественном физическом воспитании выделяют урочные и внеурочные формы; при этом урочные формы являются основными, а внеурочные — дополнительными. Исходя из этого для неурочных форм занятий характерны следующие признаки.

1. Занятия может проводить не специалист: инструктор, наиболее подготовленный ученик и др. Например, динамические перемены в школе предполагают участие в их организации и проведении большого количества педагогического персонала, только лишь учителя физической культуры не могут привлечь большое количество учащихся к единовременному выполнению физических упражнений. Занятия же в спортивных секциях напротив, требуют методически грамотной организации, в связи с чем их должен проводить учитель физической культуры.

2. Состав занимающихся может быть как постоянным, так и меняющимся. Занятия в спортивных секциях и малые формы занятий предполагают постоянный состав группы, в то время как некоторые школьные спортивно-массовые мероприятия допускают смешанный состав участников.

3. Для внеурочных форм занятий не разрабатываются образовательные стандарты, программы или иные нормативные документы. Вместе с тем для некоторых из них (спортивные секции, спортивные соревнования и др.) разрабатываются документы планирования: текущее планирование, сценарии, регламент и т. п.

4. Неурочные формы занятий не являются обязательными для посещения. В том числе нельзя снижать или увеличивать оценку успеваемости по физической культуре в зависимости от участия конкретного учащегося во внеурочной деятельности. Другое дело, если при выставлении итоговой оценки учитель учитывает сформированность универсальных учебных действий (УУД), что проявляется в том числе и через внеурочные занятия. Для этого на уровне образовательного учреждения должна быть разработана и утверждена программа формирования УУД, с четким регламентом оценивания результатов ее освоения.

5. Неурочные формы не предполагают направленной реализации комплекса задач физического воспитания. Некоторые внеурочные занятия, например спортивные секции, предусматривают комплексное решение задач физического воспитания: образовательных, оздоровительных и воспитательных. Остальные формы, как правило, направлены только на решение оздоровительных или воспитательных задач.

6. Неурочные формы в силу своей доступности не являются сложными для методики их проведения. Исходя из этого к педагогическим работникам (особенно неспециалистам в области физической культуры) не предъявляют высокого методического уровня к организации и содержанию занятий.

7. При проведении неурочных форм занятий не требуется осуществления видов контроля, предусмотренных для урочных форм. Как правило, осуществляется только оперативный контроль правильности выполнения упражнений, соблюдения регламента, охраны труда и др. Для регулярных и длительных занятий, в основном спортивные секции

и соревнования, возможно осуществление этапного или текущего контроля (регистрация уровня физической подготовки, успешность соревновательной деятельности, сформированность УУД и др.).

Необходимо понимать, что внеурочные формы занятий физическими упражнениями в системе образования не могут заменить урочных форм и должны рассматриваться только как дополнительные. Вместе с тем грамотно организованные внеурочные занятия дополняют положительный эффект от урочных форм, и в совокупности с ними являются действенным средством физического воспитания.

В физическом воспитании образовательного учреждения существуют следующие разновидности (классификация) неурочных форм занятий (Рисунок 1):

- малые формы: вводная гимнастика, микропаузы активного отдыха, физкультурные паузы и минуты, динамические (подвижные) перемены;
- крупные формы: спортивные секции, спортивный час в группах продленного дня, самостоятельные занятия, «дни здоровья», спортивные праздники и др.;
- соревновательные формы: внутришкольные соревнования или спартакиады, официальные соревнования (муниципальные, областные).



Рисунок 1 - Классификация внеурочных форм занятий и направленность внеурочной деятельности по физическому воспитанию

В педагогической практике традиционно используется понятие внеурочные формы занятий (или внеклассные). Оно отражает не содержание и направленность физических упражнений, а скорее, их организационную структуру и место в учебном плане образовательного учреждения. Поскольку в общеобразовательной школе, наряду с физической культурой проводятся и другие занятия, объединенные под одним общим названием — внеурочная работа или занятия, то есть вынесенные за сетку расписания уроков. В связи с этим в профессиональной деятельности чаще используется обиходное понятие внеурочные занятия, что не отменяет сущности неурочных форм, направленности и понимания их места в системе физического воспитания образовательного учреждения.

В отечественной системе физического воспитания учащихся, уделялось большое внимание внеурочной работе, что было во многом связано с небольшим объемом урочных форм занятий - 2 урока в неделю. В советский период считалось, что внеурочные занятия в

совокупности с уроками физической культуры позволят компенсировать дефицит двигательной активности. Однако организационная сложность внеурочных занятий в конечном итоге не позволила решить эту проблему в полной мере. В настоящее время, несмотря на увеличение урочных форм занятий до 3 ч в неделю, должна совершенствоваться содержательная и организационная составляющая внеурочной работы по физической культуре, усиливаться ее вклад в физическое воспитание учащихся.

Исходя из классификации внеурочные формы занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе позволяют решать различные задачи.

1. Обеспечение условий для эффективного вхождения в учебную деятельность, что обеспечивается выполнением упражнений вводной гимнастики.

2. Повышение работоспособности и противостояние нарастающему утомлению в течение учебной деятельности. Эта задача решается путем регулярного выполнения упражнений малых форм занятий (физкультурные паузы и минуты, подвижные перемены).

3. Укрепление здоровья, увеличение объема и разнообразия двигательной деятельности учащихся. Эта задача решается в основном за счет крупных форм занятий.

4. Привлечение наибольшего числа учащихся к регулярным занятиям физическими упражнениями, что может быть решено правильно организованной работой крупных и соревновательных форм занятий.

5. Пропаганда физической культуры и спорта, ведения здорового образа жизни. Решающую роль здесь выполняют спортивно-массовые мероприятия.

6. Приобщение учащихся к спортивной и соревновательной деятельности. Учащиеся, не занимающиеся спортом, получают элементарный опыт спортивных занятий и соревновательной деятельности за счет посещения спортивных секций, участия в соревнованиях.

Система мероприятий внеурочной деятельности по физической культуре в школе способна удовлетворить различные потребности учащихся. Физкультурно-массовые занятия (Дни здоровья, спортивные праздники) направлены на широкое привлечение учащихся к двигательной деятельности не соревновательной направленности, без выраженного противоборства и определения победителя. Малые формы занятий направлены на противостояние утомлению и обучение школьников способам саморегуляции. При этом динамическая перемена может способствовать усилению мотивации к занятиям физическими упражнениями. Учащиеся, проявляющие интерес к регулярной двигательной деятельности на основе видов спорта могут удовлетворить свои потребности, посещая секционные занятия. Участие в соревнованиях в составе класса или сборной команды школы способны удовлетворить потребности учащихся в элементарной соревновательной деятельности.

Это особенно важно понимать исходя из существующих в педагогике подходов, декларирующих физическое воспитание без соревновательной направленности. Безусловно, такие подходы имеют право на внедрение в систему физического воспитания, но лишь как отдельные направления. Однако в физическом воспитании учащихся, в том числе и во внеурочных занятиях, присутствуют все возможные виды двигательной деятельности, в том числе и без соревновательной составляющей, необходимо лишь четко соблюдать целевые установки и реализовывать комплекс педагогических средств, методов и организационных форм.

Таким образом, внеурочные формы занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе решают различные задачи, исходя из содержания выполняемых двигательных заданий, специфики их проведения и направленности.