

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 13.05.2024 15:59:16
Уникальный программный ключ:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по учебной работе
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«24» июня 2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности:
Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности
(Б1.О.32.03)**

Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2021</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 5 семестр заочная: 5 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 3 часов: 108</i>
Промежуточная аттестация	<i>экзамен</i>

Чайковский, 2021г.

Разработчики рабочей программы

Мокрушина И.А., к.п.н., доцент

Рецензент

Рыбакова Е.О. к.п.н., доцент

**Рабочая программа утверждена на заседании кафедры
Адаптивной физической культуры и оздоровительных технологий**

«22»июня 2021 г., протокол № 18.

Заведующий кафедрой АФКиОТ к.п.н., доцент _____ Мокрушина И.А.

**Рабочая программа утверждена учебно-методическим советом ФГБОУ ВО
«ЧГАФКиС»**

«23» июня 2021 г., протокол № 11.

Секретарь учебно-методического
совета

Сабурова Н.Н.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chifk.ru/>

1 Цели и задачи освоения дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиля Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес, компетентности в области научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности с разными половозрастными и социально-демографическими группами населения.

1.2 Задачи дисциплины

- сформировать у студентов знания о научно-методическом обеспечении физкультурно-оздоровительной деятельности;
- сформировать у студентов практические умения по разработке методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности;
- развивать качества социально активной личности обучающегося, расширять, закреплять и совершенствовать умения самостоятельного творческого решения основных задач физкультурно-оздоровительной деятельности.

2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности: Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-11.1. Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования ОПК-11.2. Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности ОПК-11.3. Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Знает: -понятие и назначение научно-методической деятельности; -проблемы научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и массовой спортивной работы; -направление и структуру научно-методической деятельности; -принципы научно-методической деятельности. Формы научно-методической деятельности; -средства и методы для определения эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности; -технологию разработки базовой физкультурно-оздоровительной программы; -структуру базовой оздоровительной программы. Этапы разработки оздоровительной программы; Умеет: -самостоятельно вести поиск актуальной информации по вопросам научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности; -собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении физкультурно-оздоровительной деятельности; -анализировать и оценивать эффективность процесса физкультурно-оздоровительной деятельности; -выполнять медико-биологическое, психолого-педагогическое обоснование содержания и нагрузки, сопряженного воздействия методики; -моделировать эффекты воздействия

		<p>кондиционной фитнес тренировки;</p> <p>-определять содержание оздоровительной программы и планировать результаты физкультурно-оздоровительной деятельности;</p> <p>-учитывать возрастные особенностей детей и взрослых при планировании содержания занятий фитнесом;</p> <p>-представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>-использования исследовательских материалов для планирования, педагогического контроля и научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности;</p> <p>-разработки содержания физкультурно-оздоровительной программы занятий фитнесом для учреждений дополнительного образования детей и молодежи;</p> <p>-разработки содержания авторской методики занятий фитнесом;</p> <p>-разработки конспектов занятий фитнесом для детей среднего школьного возраста при реализации программ гимнастической, силовой и смешанной направленности физических упражнений</p>
--	--	--

3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности: Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности (Б1.О.32.03)» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин/практик: Теория и методика физической культуры, Научно-методическая деятельность, Спортивная метрология.

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности: Научно-методические основы физкультурно-оздоровительной деятельности» будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: Преддипломная практика.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48
1.1	Занятия лекционного типа	16	16
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	32	32
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	60/27	60/27
3	Промежуточная аттестация – экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	108	108
	в академических часах	3	3
	в зачетных единицах		

4.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	10	10
1.1	Занятия лекционного типа	4	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	6	6
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	98/9	98/9
3	Промежуточная аттестация – экзамен	9	9
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	в академических часах	108	108
	в зачетных единицах	3	3

5. Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Технологии формирования	Оценочные средства
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1	Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры	ОПК-11.1.,11.2,11.3	4	2	6	6	12	ТТ НТТ КТ	УО-2 УО-4 ИС-2
2	Формы научно-методической деятельности	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	2	4	4	8	ТТ НТТ	УО-4 ИС-2
3	Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	6	8	10	18	ТТ НТТ	УО-2 УО-4 ИС-2 ИС-6
4	Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировок	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	6	8	10	18	ТТ НТТ	УО-2 УО-4 ИС-2 ИС-6
5	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	6	8	10	18	ТТ НТТ КТ ИИТ	УО-4 ИС-2 ИС-6 ИС-8
6	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего и старшего	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	6	8	10	18	ТТ НТТ КТ	УО-4 ИС-2 ИС-3

	школьного возраста							ИИТ	ИС-6
7	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения	ОПК-11.1.,11.2,11.3	2	4	6	10	16	ТТ НТТ КТ ИИТ	УО-4 ИС-2 ИС-6
ИТОГО:			16	32	48	60	108		

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Технологии формирования	Оценочные средства
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
1.	Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры	ОПК-11.1.,11.2,11.3	1	1	2	14	16	ТТ НТТ КТ	УО-2 УО-4
2.	Формы научно-методической деятельности	ОПК-11.1.,11.2,11.3	-	0,5	0,5	14	14,5	ТТ НТТ	УО-4
3.	Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы	ОПК-11.1.,11.2,11.3	0,5	0,5	1	14	15	ТТ НТТ	УО-2 УО-4 ИС-6
4.	Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки	ОПК-11.1.,11.2,11.3	0,5	1	1,5	14	15,5	ТТ НТТ	УО-2 УО-4 ИС-6
5.	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста	ОПК-11.1.,11.2,11.3	1	1	2	14	16	ТТ НТТ КТ ИИТ	УО-4 ИС-6 ИС-8
6.	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего и старшего школьного возраста	ОПК-11.1.,11.2,11.3	0,5	1	1,5	14	15,5	ТТ НТТ КТ ИИТ	УО-4 ИС-3 ИС-6
7.	Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения	ОПК-11.1.,11.2,11.3	0,5	1	1,5	14	15,5	ТТ НТТ КТ ИИТ	УО-4 ИС-6
ИТОГО:			4	6	10	98	108		

5.2 Образовательные технологии и оценочные средства, используемые при формировании компетенций

Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций	Оценочные средства для аттестации
<p><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> занятия лекционного типа; занятия семинарского типа. <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> разбор конкретных ситуаций; проблемные ситуации; кейс-метод; метод проектов 	<p><i>Устный опрос (УО):</i></p> <p>УО-2 - коллоквиум;</p> <p>УО-4 – экзамен;</p> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i></p> <p>ИС-2 – балльно-рейтинговая система</p> <p>ИС-3 - Кейс-метод</p> <p>ИС-6 - Проектный метод</p>

КТ - комбинированные технологии:

- работа в малых группах.

ИИТ - имитационные, игровые технологии:

- Метод «Круглый стол»

ИС-8 - Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты

5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

5.3.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

	Содержание
	Тема Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры. Характеристика проблемы научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и массовой спортивной работы. Понятие и назначение научно-методической деятельности. Направление и структура научно-методической деятельности (информационно-методический компонент, информационно-депонирующий компонент, информационно-распространительный компонент). Принципы научно-методической деятельности (принцип актуальности, принцип научного подхода, принцип информативности, принцип доступности, принцип инновационности, принцип опережающего действия).
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Современные ресурсы в методической работе в области физической культуры. Методические периодические издания. Анализ существующих методических изданий в России и за рубежом. Сравнительный анализ существующих методических ресурсов в России и странах Европы. Обобщение опыта научно-методической деятельности в структуре оздоровительной физической культуры. Источники, способы обобщения, представления и распространения инновационного опыта.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить список научно-методической литературы по теме выпускной квалификационной работы в соответствии с требованиями оформления литературных источников.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Анализ современных методических работ в аспекте реализации принципов научно-методической деятельности (принцип актуальности, принцип научного подхода, принцип информативности, принцип доступности, принцип инновационности, принцип опережающего действия).
	<i>Самостоятельная работа.</i> Провести анализ реализации принципов научно-методической деятельности в источниках научно-методической литературы по теме выпускной квалификационной работы.
	Тема Формы научно-методической деятельности
2	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Формы научно-методической деятельности: печатная продукция (методические пособия, методические программы и рекомендации, учебные пособия, инструкции); научно-методические программы занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительных группах, в процессе физического воспитания учащихся и студентов, детей дошкольного возраста и т.д.; программы подготовки физкультурных кадров, семинары, мастер-классы, консультации учебно-методического характера для работников физической культуры.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Анализ опыта разработки методических пособий, программ и рекомендаций, учебных пособий, инструкций и для организации физкультурно-оздоровительной деятельности.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Дать характеристику содержанию научно-методических материалов по организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
	Тема Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы
3	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы. Характеристика понятия «физкультурно-оздоровительная программа». Этапы разработки физкультурно-оздоровительной программы. Определение содержания физкультурно-оздоровительной программы и планирование результатов физкультурно-оздоровительной деятельности. Структура базовой оздоровительной программы. Анализ инновационной деятельности по разработке оздоровительных программ для разных возрастных групп.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3,4,5.</i> Разработка содержания физкультурно-оздоровительной программы занятий фитнесом для учреждений дополнительного образования детей и молодежи. Нормативные документы, регламентирующие деятельность учреждений дополнительного

	образования детей и молодежи. Цель, задачи, содержание программы, формы оценки качества реализации программы.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания физкультурно-оздоровительной программы занятий фитнесом для учреждений дополнительного образования детей и молодежи.
4	Тема Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки
	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки. Анализ структуры методики. Анализ базовых и авторских методик. Определение диагностического аппарата для оценки результативности методики. Научное обоснование результативности апробации методики.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 6,7,8.</i> Разработка содержания авторской методики занятий фитнесом. Медико-биологическое, психолого-педагогическое обоснование содержания и нагрузки, сопряженного воздействия методики. Моделирование эффектов.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания авторской методики занятий фитнесом.
5	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста
	<i>Занятие лекционного типа 6.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста. Нормативные документы. Урочные и внеурочные формы. Анализ деятельности по научно-методическому обеспечению. Авторские программы, методики.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 9,10,11.</i> Разработка содержания методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста (программы, методические рекомендации, практические рекомендации и др.). Содержание курсов по повышению квалификации педагогических работников в области физкультурно-оздоровительной деятельности. Национальный проект «Демография». Программа «Спорт - норма жизни».
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
6	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего и старшего школьного возраста
	<i>Занятие лекционного типа 7.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего школьного возраста. Целевая направленность, содержание, организация и оценка уровня достижения планируемых результатов, организационно-методические условия физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего и старшего школьного возраста.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 12,13,14.</i> Учет возрастных особенностей детей среднего школьного возраста при планировании содержания занятий фитнесом. Разработка конспектов занятий фитнесом для детей среднего школьного возраста при реализации программ гимнастической, силовой и смешанной направленности физических упражнений.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание. Подготовить презентацию: содержание занятий фитнесом для детей среднего школьного возраста при реализации программ гимнастической, силовой и смешанной направленности физических упражнений.
7	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения
	<i>Занятие лекционного типа 8.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения. Учет психолого-педагогических, медико-биологических, гигиенических, организационно-управленческих, нормативно-правовых знаний для разработки методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения. Анализ авторских программ и методик для разных социальных и возрастных групп взрослого населения.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой.
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 15,16.</i> Разработка содержания организационно-педагогических условий совершенствования физкультурно-оздоровительной деятельности лиц пожилого

	возраста.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Домашнее задание. Подготовить презентацию о результатах разработки содержания организационно-педагогических условий совершенствования физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами пожилого возраста.

5.3.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

	Содержание
	Тема Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры
1	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры. Характеристика проблемы научно-методического обеспечения физкультурно-оздоровительной и массовой спортивной работы. Понятие и назначение научно-методической деятельности. Направление и структура научно-методической деятельности (информационно-методический компонент, информационно-депонирующий компонент, информационно-распространительный компонент). Принципы научно-методической деятельности (принцип актуальности, принцип научного подхода, принцип информативности, принцип доступности, принцип инновационности, принцип опережающего действия).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить вопросы «Современные ресурсы в методической работе в области физической культуры. Методические периодические издания. Анализ существующих методических изданий в России и за рубежом. Сравнительный анализ существующих методических ресурсов в России и странах Европы. Обобщение опыта научно-методической деятельности в структуре оздоровительной физической культуры. Источники, способы обобщения, представления и распространения инновационного опыта». Составить список научно-методической литературы по теме выпускной квалификационной работы в соответствии с требованиями оформления литературных источников.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Анализ современных методических работ в аспекте реализации принципов научно-методической деятельности (принцип актуальности, принцип научного подхода, принцип информативности, принцип доступности, принцип инновационности, принцип опережающего действия).</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Провести анализ реализации принципов научно-методической деятельности в источниках научно-методической литературы по теме выпускной квалификационной работы.</p>
	Тема Формы научно-методической деятельности
2	<p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучить вопросы: «Формы научно-методической деятельности: печатная продукция (методические пособия, методические программы и рекомендации, учебные пособия, инструкции); научно-методические программы занятий физическими упражнениями в физкультурно-оздоровительных группах, в процессе физического воспитания учащихся и студентов, детей дошкольного возраста и т.д.; программы подготовки физкультурных кадров, семинары, мастер-классы консультации учебно-методического характера для работников физической культуры».</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Анализ опыта разработки методических пособий, программ и рекомендаций, учебных пособий, инструкций и для организации физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Дать характеристику содержанию научно-методических материалов по организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.</p>
	Тема Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы
3	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Технология разработки базовой физкультурно-оздоровительной программы. Характеристика понятия «оздоровительная программа». Структура базовой оздоровительной программы. Этапы разработки оздоровительной программы. Определение содержания оздоровительной программы и планирование результатов физкультурно-оздоровительной деятельности. Анализ инновационной деятельности по разработке оздоровительных программ для разных возрастных групп.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Разработка содержания физкультурно-оздоровительной программы занятий фитнесом для учреждений дополнительного образования детей и молодежи. Нормативные документы, регламентирующие деятельность учреждений дополнительного образования детей и молодежи. Цель, задачи, содержание программы, формы оценки качества реализации программы.</p>

	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания физкультурно-оздоровительной программы занятий фитнесом для учреждений дополнительного образования детей и молодежи.
4	Тема Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки. Анализ структуры методики. Анализ базовых и авторских методик. Определение диагностического аппарата для оценки результативности методики. Научное обоснование результативности апробации методики.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)2.</i> Разработка содержания авторской методики занятий фитнесом. Медико-биологическое, психолого-педагогическое обоснование содержания и нагрузки, сопряженного воздействия методики. Моделирование эффектов.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания авторской методики занятий фитнесом.
5	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста. Нормативные документы. Урочные и внеурочные формы. Анализ деятельности по научно-методическому обеспечению. Авторские программы, методики.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)2.</i> Разработка содержания методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста (программы, методические рекомендации, практические рекомендации и др.). Содержание курсов по повышению квалификации педагогических работников в области физкультурно-оздоровительной деятельности. Национальный проект «Демография». Программа «Спорт - норма жизни».
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания методического обеспечения организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
6	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего и старшего школьного возраста
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего школьного возраста. Целевая направленность, содержание, организация и оценка уровня достижения планируемых результатов, организационно-методические условия физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего школьного возраста.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)3.</i> Учет возрастных особенностей детей среднего школьного возраста при планировании содержания занятий фитнесом. Разработка конспектов занятий фитнесом для детей среднего школьного возраста при реализации программ гимнастической, силовой и смешанной направленности физических упражнений.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки конспектов занятий фитнесом для детей среднего школьного возраста при реализации программ гимнастической, силовой и смешанной направленности физических упражнений.
7	Тема Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения. Учет психолого-педагогических, медико-биологических, гигиенических, организационно-управленческих, нормативно-правовых знаний для разработки методического обеспечения физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения. Анализ авторских программ и методик для разных социальных и возрастных групп взрослого населения.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Изучение лекционного материала. Самостоятельная работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к работе по контрольным вопросам
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)3.</i> Разработка содержания организационно-педагогических условий совершенствования физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами пожилого возраста.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить презентацию о результатах разработки содержания организационно-педагогических условий совершенствования физкультурно-оздоровительной деятельности с лицами пожилого возраста.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине

6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (очная форма обучения)

Учебным планом для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– экзамен в 5 семестре.

Критерии выставления зачета соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГАФКиС».

Рейтинговая система дисциплины

Разделы, темы дисциплины	Рейтинговые баллы		
	Посещение занятий	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Научно-методическая деятельность в структуре оздоровительной физической культуры	10	10	30
Формы научно-методической деятельности		4	
Технология разработки физкультурно-оздоровительной программы		6	
Технология разработки методики кондиционной фитнес тренировки		10	
Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста		10	
Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности детей среднего школьного и лиц молодого возраста		10	
Научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности взрослого населения		10	
ИТОГО	10	60	30
		100	

Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине, заканчивающейся промежуточной аттестацией

Виды учебной деятельности	Процентное соотношение видов учебной деятельности	Сумма абс. баллов
Посещаемость	10 %	10
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР и пр.)	60 %	60
Промежуточная аттестация	30 %	30
Итого	100%	100

Перевод рейтинговых баллов, набранных обучающимся, осуществляется согласно представленной ниже таблице.

Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку

Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость	Сумма баллов за промежуточную аттестацию	Сумма условных баллов (процентов)	Зачет /незачет	Числовой эквивалент	Оценка	Буквенное обозначение (Оценка ECTS)
68-70	29-30	97-100	Зачет	5	Отлично	A
66-67	27-28	93-96		5	Очень хорошо	B
56-65	21-26	77-92		4	Хорошо	C
45-55	18-20	63-76		3	Удовлетворительно	D

35-44	15-17	50-62		3	Посредственно	Е
20-34	12-14	31-49	Незачет	2	Неудовлетворитель	Ех
0-19	0-11	0-30		2	но	Е

6.2 Промежуточная аттестация по дисциплине (заочная форма обучения)

Учебным планом для направления подготовки 49.03.01 Физическая культура предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– экзамен в 5 семестре.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с учетом результатов текущего контроля.

Задолженности по текущему контролю должны быть ликвидированы.

Формы ликвидации задолженностей:

- устная (беседа с преподавателем во время индивидуальных консультаций),
- письменная.

Оценочные материалы и критерии оценивания указаны в фондах оценочных средств и методических материалах дисциплины.

7 Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Асташина М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения: учебное пособие / М.П. Асташина. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие / Под ред. Мякинченко Е.Б., Шерстакова М.П. – М.: Дивизион, 2006. – 304 с.
3. Венгерова Н.Н. Педагогические технологии фитнес-индустрии для сохранения здоровья женщин зрелого возраста: монография / Н.Н. Венгерова; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2011. – 251 с. Электронный ресурс URL: <https://textarchive.ru/c-2162436-pall.html>
4. Грудницкая Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие / Н.Н. Грудницкая. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. - 209 с. - электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»
5. Ивченко Е.А. Теоретико-методические основы двигательной рекреации: учеб. пос.-СПб, 2009.-121с. -элект. ресурс.
6. Ким Н.К., Дьяконов М.Б. Фитнес: учебник. – М.: Сов. спорт, 2006. – 454 с.
7. Лаврухина Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением: учеб. пособие.-СПб, 2018. электр. ресурс
8. Оздоровительные технологии: учебник / Н.М. Белокрылов [и др.]. - Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Астер, 2015. - 130 с. - электр. ресурс ЭБС «IPRbooks»
9. Платонова Т.В. Оздоровительные системы Древневосточной культурной традиции: учеб.-метод. пособие.-СПб, 2008. -66с.-эл.ресурс
- 10.Савин С.В. Современные программы оздоровительно-кондиционной (фитнес-) тренировки лиц зрелого возраста: учебное пособие / С.В.Савин, -М.: РУДН, 2020.-119с.
- 11.Савин С.В. Теоретические основы оздоровительно-кондиционной (фитнес-) тренировки лиц зрелого возраста: учебное пособие / С.В.Савин, О.Н. Степанова. -М.: РУДН, 2020.-121с.
- 12.Савин С.В., Степанова О.Н. Концепция и технологии оздоровительно-кондиционной (фитнес-) тренировки лиц зрелого возраста: монография / С.В. Савин О.Н. Степанова. -М.: УЦ Перспектива, 2020,-264с.
- 13.Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка: учебное пособие. – М: «Академия», 2007. -368с.
- 14.Теория и методика физической культуры дошкольников: учебное пособие /Под ред. Филипповой В.Д. –М: «Академия», 2008.-656с.
- 15.Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие. / Сост. Аксенов О.Э., Евсеев С.П. – М.: Сов. Спорт, 2005. –296 с.
- 16.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник. – М.: «Академия», 2012. – 480 с.
- 17.Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес - спорт: учебник. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 224с.

Дополнительная литература

18. Айзятуллова Г.Р. Аэробика и шейпинг в профессионально-прикладной физической подготовке студентов нефизкультурных вузов: учебно-методическое пособие. – Спб.: СпбГУФК, 2009. – 38 с., эл. ресурс.
19. Актуальные проблемы развития спортивных танцев, аэробики и фитнеса: труды Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой 50-летию Волгоградской государственной академии физкультуры и спорта. – Волгоград, 2010. – 134 с.
20. Богуславская З.М. Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1991. – 207 с.
21. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 2-3 лет. Система работы. – М., «Скрипторий», 2008. – 48 с.
22. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие. – М.: Terra Спорт, 2000. – 168 с.
23. Виру А.А. и др. Аэробные упражнения /Виру А.А., Юримяэ Т.А., Смирнова Т.А. – М.: Физкультура и спорт, 1988.-142с.
24. Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2011. – 160 с.
25. Волохов А. Бодибилдинг от А до Я: практическое пособие. – Ростов н /Дону: Феникс, 2007. – 143 с.
26. Гаврилов, Д.Н., Комков, А.В., Малинин. А.В., Романова, Е.Е. Особенности мониторинга физического состояния населения// Теория и практика физической культуры. – 2006. - №3. – С. 60.
27. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст: пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001. -264с.
28. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 классы: методическое пособие. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 208 с.
29. Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет. – М.: ВАКО, 2007. – 304 с.
30. Детский фитнес: учебное пособие. – М.: ООО «Уик век», 2006. – 160 с.
31. Елжова Н.В. ЗОЖ в дошкольном образовательном учреждении. – Ростов н/Д, «Феникс», 2011. – 215 с.
32. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. – М., «Скрипторий», 2009. -120с.
33. Ибель Д.В. Терминология атлетических упражнений в бодибилдинге: учебно-методическое пособие. -М.: Олимпия, 2006. – 80 с.
34. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и методика: монография. – М.: Советский спорт, 2005. – 196 с.

8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

8.1 Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер

18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

8.2 Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks – Лицензионный договор № 6900/20 от 06 июля 2020г.с «24» сентября 2020г. по «24» сентября 2021г., лицензия продлевается ежегодно.

8.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://window.edu.ru/window>.
- веб-сайт «Спорт» Сайт для учителей и преподавателей физкультуры: – Режим доступа: <http://pculture.ru/>
- сайт «Физкультура для всех»: – Режим доступа: <http://www.fizkultura-vsem.ru/>
- научно-образовательный портал «ФизкультУРА»: – Режим доступа: <http://www.fizkult-ura.ru/>
- сайт Министерства спорта РФ: – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>
- национальный портал «Социальная сеть работников образования»: – Режим доступа: <https://nsportal.ru/>
- сайт журнала «Теория и практика физической культуры»: – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>
- сайт Гимнастика для школьников: – Режим доступа: <http://gimnastikasport.ru/detskaya/uprazhneniya-dlya-shkolnikov.html>

8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 322 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, колонки; 3. Спортивный инвентарь и оборудование: коврики гимнастические
аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.