Дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта»

Задания на СРС и график их выполнения

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

I Задание на СРС Форма выполнения Сроки !\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_I\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_!\_\_\_\_\_\_\_I

СРС1.

Задание: Презентация: «Система физического воспита- Презентация Не позднее

ния в Республике Казахстан и Законодательство РК доклада 4 недели

в области физической культуры и спорта»

Цель: Формирование у студентов навыков поиска,

систематизации информации, самостоятельной работы

с литературой и интернет ресурсами.

СРС 2.

Задание: Подготовить реферат «Методы физического

воспитания». Защита реферата Не позднее

5 недели

Цель: Формирование у студентов навыков поиска,

систематизации информации, самостоятельной

работы с литературой и интернет ресурсами.

СРС 3.

Задание: Подготовить реферат. Темы на выбор: Защита реферата Не позднее

«Общая характеристика физических способностей»; 7 недели

«Сила и основы методики ее воспитания».

СРС 4.

Задание: Подготовить контрольное задание по темам: Выполнение Не позднее

«Средства и отличительные черты методики воспитания контрольных 9 недели

общей выносливости»; заданий

«Средства и методы развития скоростных способностей».

Цель: Воспитать у студентов творческую активность и

инициативу в обучении и профессиональной подготовке,

в получении соответствующих знаний и навыков.

СРС 5.

Задание: Подготовить контрольное задание по темам: Выполнение Не позднее

«Методика совершенствования двигательно - координа- контрольных 11недели

ционных способностей»; заданий

«Средства и методы воспитания гибкости».

Цель: Воспитать у студентов творческую активность и

инициативу в обучении и профессиональной подготовке,

в получении соответствующих знаний и навыков.

СРС 6.

Задание: Подготовить презентацию по теме: Презентация Не позднее

«Основы построения процесса спортивной тренировки». доклада 13недели

Цель: Формирование у студентов навыков самостоятель-

Ной работы с литературой и интернет ресурсами.

СРС 7.

Задание: Составить и проанализировать модель много- Выполнение Не позднее

летнего планирования, учета и контроля в процессе контрольных 15 недели

спортивной тренировки. Годовой план, его содержание заданий

и методика составления. План на месяц и на неделю.

КРИТЕРИИ (ПОКАЗАТЕЛИ) оценки:

-полнота и конкретность освещения темы СРС;

-последовательность и логика изложения;

-связь теоретических положений с практикой;

-обоснованность и доказательность излагаемых положений;

-наличие качественных и количественных показателей

-наличие иллюстраций к ответам в виде исторических фактов, примеров и пр.;

-уровень культуры изложения материала;

-своевременность сдачи СРС.

Примечание:Проверка выполнения заданий СРС проводится во время семинарских занятий, либо во внеурочное время. За несвоевременное предоставление СРС преподаватель оставляет за собой право отнимать от итоговой оценки за СРС штрафные баллы.

Список литературы

1.Теория и методика физической культуры. Под редакцией Ю.Ф.Курамшина. Изд-во Советский спорт, М.2004

2. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Л.П. Матвеев. Изд-во Советский спорт, М. 2010

3. Теория и методика физического воспитания и спорта. И.С.Барчуков Изд-во Юнорус. М.2012

4.Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие./Сиб федер.ун-т; (Сост. В.М.Гелецкий).- Красноярск: ИПК СФУ, 2008.-342с.

Интернет ресурсы:

1.https//univer.kaznu.kz/umkdpack/edit/66212/2017/1/

Методические указания и рекомендации к СРС по дисциплине «Теория физической культуры»

СРС 1.

Подготовить докла на тему: «Система физического воспитания в Республике Казахстан и Законодательство в РК в области Физической культуры и спорта».

Для успешного выполнения СРС студенту наеобходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Структура доклада по теме: «Система физического воспитания в РК и Законодательство в РК» должна освещать следующие вопросы:

1.Понятие «система физвоспитания»;

2.Законодательство в Республике Казахстан.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание учебного материала, накопление дополнитнльных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация

СРС 2.

Подготовить и защитить реферат на тему: «Методы физического воспитания».

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Структура доклада по теме: «Методы физического воспитания» должна освещать следующие вопросы»:

1.Определение понятия «методы»;

2.Методы физического воспитания;

3.Методы физвоспитания в избранном виде спорта.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание учебного материала, накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация.

СРС 3.

Подготовить реферат по темам: «Общая характеристика физических способностей»; « Сила и основы методики ее воспитания».

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Структура доклада по теме СРС должна освещать следующие вопросы:

Тема: «Общая характеристика физических способностей»:

1. Определение понятия «физические способности»;
2. Виды физических способностей;
3. Методы определения физических способностей

Тема: «Сила и основы методики ее воспитания»:

1.Определение понятия «сила»;

2.Основы методики воспитания силы;

3.Воспитание силы в ИВС.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание учебного материала, накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация

СРС 4.

Подготовить контрольные задания по темам: «Средства и методы развития скоростных способностей»; «Средства и отличительные черты методики воспитания общей выносливости».

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Презентация по темам СРС должна раскрывать следующие вопросы:

1.Определение понятия «скоростные способности»;

2.Средства развития скоростных способностей в ИВС;

3.Методы развития скоростных способностей в ИВС;

4.Определение понятия «выносливость»;

5.Средства воспитания выносливости в ИВС;

6.Методы воспитания общей выносливости в ИВС;

7.Особенности методики воспитания выносливости в ИВС.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-контроль, запоминание учебного материала, накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация

СРС 5.

Подготовить контрольные задания по темам: «Методика совершенствования двигательно-координационных способностей»; «Средства и методика воспитания гибкости».

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Презентация по теме СРС должна раскрывать следующие вопросы:

1.Понятие методики двигательных способностей;

2.Понятие методики координационных способностей;

3.Методика совершенствования двигательно-координационных способностей;

4.Понятие «гибкость»;

5.Средства воспитания гибкости;

6.Методика воспитания гибкости.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание учебного материала, накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация.

СРС 6

Подготовка реферата по теме: «Основы построения процесса спортивной тренировки»

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знания, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Структура доклада по теме СРС должна освещать следующие вопросы:

1.Определение понятия «спортивная тренировка»

2.Основы построения спортивной тренировки

3.Спортивная тренировка в ИВС.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание

учебного материала; Накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета:презентация.

СРС 7

Подготовить и защитить реферат. Темы на выбор: «Технология планирования в спорте»; «Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена».

Для успешного выполнения СРС студенту необходимо:

-освоение навыков самостоятельного поиска, анализа специальной литературы по искомой теме;

-знание, которые студент получит при изучении специальной литературы и интернет источников.

Структура доклада по теме СРС должна освещать следующие вопросы:

Тема: «Технология планирования в спорте»:

1.Определение понятия «спорт»;

2.Планирование в спорте;

3.Технология планирования в ИВС.

Тема: «Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена»:

1. Определение понятия «спортсмен»;
2. Комплексный контроль в подготовке спортсмена;
3. Учет контроля в подготовке спортсмена в ИВС.

Рекомендуется использовать следующие методы: само-поиск, запоминание учебного материала, накопление дополнительных знаний, фиксации данных, самоконтроль, координация и систематизация информации.

Форма отчета: презентация.СРС Ссссссс