МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**«Методика физической культуры и спорта»**

Практические занятия составляют значительную часть всего объема аудиторных занятий и имеют важнейшее значение для усвоения программного материала.

Цель практических занятий - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания.

Основное назначение практических занятий заключается в ознакомлении студентов с основами педагогических и методических знаний и приобретению умений использовать эти знания в будущей профессиональной деятельности. Практические занятия проводятся в комбинированной форме. На каждом занятии предлагается подавать студентам информацию в форме обсуждения проблемных вопросов с помощью интерактивных форм обучения – дискуссий закрепляющих учебный материал, обучение методом ситуаций по методу кейса и определения уровня знаний на коллоквиуме. На занятиях студенты выполнят ряд заданий (аудиторных и внеаудиторных). Преподаватель руководит выполнением данных заданий и дает индивидуальные рекомендации по их выполнению. Таким образом, работа в аудитории сопровождается индивидуальными консультациями, которые осуществляются преимущественно в форме сотрудничества. Также студенты должны будут выполнить задания, связанные с обсуждением отдельных вопросов и проблем педагогической деятельности – групповые дискуссии, разбор конкретной (проблемной) ситуации и проверка уровня знаний на коллоквиуме.

Выполняемые задания могут подразделить на несколько групп. Одни из них служат иллюстрацией теоретического материала и носят воспроизводящий характер. Другие представляют собой образцы задач и примеров, разобранных в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел показанными методами решения. Следующий вид заданий может содержать элементы творчества. Одни из них требуют от студентов преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлекать ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и межпредметные связи. Решение других требует дополнительных знаний, которые студент должен приобрести самостоятельно. Третьи предполагают наличие у студентов некоторых исследовательских умений.

Основной формой заданий по данной дисциплине являются решение педагогических ситуаций, разработка документов планирования, составление комплексов заданий, спортивных мероприятий и викторин, проведение педагогического анализа занятий физической культурой, проведение сравнительного анализа точек зрения специалистов на рассматриваемые вопросы.

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид занятия | | Тема занятия и основные вопросы | Образовательные  технологии  (в том числе интерактивные) | | Рекомендации для подготовки к практическим занятиям |
| **Модуль 1 Методические основы физического воспитания** | | | | |  |
| Лекционное | Практическое занятие 1. Проанализировать документы:Государственный стандарт образования РК.Среднее образование. Образование среднее общее; об особенностях преподавания основ науки в общеобразовательных организациях РК в 2016-2017уч.году  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:  1.Физическое воспитание детей школьного возраста.  2.Цель,задачи и направленность физической культуры. | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| опрос, собеседование,  беседа,  дискуссия |
| Семинарское/практическое |
| Лекционное | Практическое занятие 2. Выявить особенности содержания и структуры программы по физической культуре в начальной школе, в средней школе и старших классах.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:  1Характеристика школьных программ физического воспитания..  2.Тестирование по пройденным темам. | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/практическое | опрос, собеседование,  беседа,  дискуссия |
| Лекционное | Практическое занятие 3. Составить модель методики организации основных видов деятельности школьников.собенности их применения со школьниками различного возраста.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Средства физического воспитания детей школьного возраста.   2.Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| собеседование,  беседы,  тестирование |
| Семинарское/практическое |
| Лекционное | Практическое занятие 4. Составить развернутую классификацию неурочных форм занятий физическими упражнениями(виды неурочных форм , организационно-методические основы,признаки,требования к проведению).  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:  1.Формы организации физического воспитания школьников.  5. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Парктисеское | собеседование,  беседы,  тестирование, творческие задания |
| Лекционное | Практическое занятие 5. Разработать технологию разработки документов планирования по физическому воспитанию, технологию составления календаря спортивно-массовых мероприятий.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Планирование,контроль и учет в физическом воспитании. 2. Тестирование по пройденному материалу. | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | коллоквиум,  беседы,  творческие задания |
| Лекционное | Практическое занятие 6. Составить модель хронометрирования,пульсометрирования,педагогического анализа,расчета моторной и общей плотности урока.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Методы определения эффективности уроков физической культуры. 2. Тестирование по пройденному материалу. | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| коллоквиум,  беседы,  творческие задания |
| Семинарское/Практическое |
| Лекционное | Практическое занятие 7. Дать характеристику формирования личности в процессе физического воспитания(определить роль преподавания и требования к нему).  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Профессионально педагогическая деятельность учителя физической культуры. 2. Тестирование по пройденному материалу. | | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | коллоквиум,  диалог,  творческие задания |
| **Модуль ІІ. Формы организации физического воспитания школьников.** | | | | | |
| Лекционное | | Практическое занятие 8. Составить модель управления процессом обучения.Предупреждения и исправления ошибок.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Обучение школьников двигательным действиям. 2. Тестирование по пройденному материалу.. | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | коллоквиум,  диалог,  творческие задания |
| **Модуль ІІІ.Технология профессиональной деятельности специалистов.** | | | | | |
| Лекционное | | Практическое занятие 9. Составить модель использования специфических и неспецифических методов в физическом фоспитании школьников.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы  1.Методы.направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей детей школьного возраста.  2. Тестирование по пройденным темам | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | опрос, собеседо-  вание, дискуссия, твор-  ческие задания |
| Лекционное | | Практическое занятие 10. Дать классификацию и охарактеризовать методы воспитания скоростных способностей на занятиях физического воспитания.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:  1.Средства и методы воспитания выносливости на занятиях физического воспитания.  2.Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | собеседо-  вание, дискуссия, тестирование |
| **Модуль іу. Воспитание физических способностей школьников** | | | | | |
| Лекционное | | Практическое занятие 11. Дать классификацию и охарактеризовать методы воспитания выносливости на занятияхфизического воспитания.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Средства и методы воспитания выносливости на занятиях физического воспитания. 2. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | собеседо-  вание, Case-study  дискуссия, тестирование |
|  | | | | | |
| Лекционное | | Практическое занятие 12. Дать классификацию и охарактеризовать методы воспитания силовых способностей на занятиях физического воспитания.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Средства и методы воспитания силовых способностей на занятиях физического воспитания.. 2. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | собеседо-  вание, Case-study  дискуссия, тестирование |
| Лекционное | | Практическое занятие 13. Дать классификацию и охарактеризовать методы воспитания двигательно-координационных способностей на занятиях физического воспитания.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:  1.Средства и методы двигательно- координационных способностей на занятиях физического воспитания.  2. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | | собеседование, Case-study  дискуссия, тестирование, творческое задание |
| Лекционное | | Практическое занятие 14. Дать классификацию и охарактеризовать методы воспитания гибкости нам занятиях ифзического воспитания.  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Средства и методы воспитания гибкости на занятиях физического воспитания. 2. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Лекция с  мультимедийным  сопровождением | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Пранктическое | | собеседование, Case-study  дискуссия, тестирование, творческое задание |
| Лекционное | | Практическое занятие 15. Тестирование по пройденным материалам  Цель занятия - углубить и закрепить соответствующие знания студентов по предмету, развить инициативу, творческую активность, вооружить будущего специалиста методами и средствами научного познания*.*  Вопросы:   1. Самоанализ уровня сформированности навыков и умений по дисциплине.   2. Тестирование по пройденным темам в программе Ispring QuizMaker | | Собеседование, опрос, тестирование | Изучение программного материала по рекомендуемой учебной и научно-методической литературе, составление аналитических докладов, документов планирования. Выполнить домашнее задание, подготовка реферата и презентации.  Чтение учебников и дополнительной научно-методической литературы, знакомство с первоисточниками и авторскими работами, библиографирование изученной литературы, ее конспектирование, системное реферирование, педагогическое наблюдение за передовым опытом физкультурной и спортивной работы. |
| Семинарское/Практическое | |

ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОМПЕНСАЦИИ ПРОПУЩЕННЫХ ЗАНЯТИЙ:

1. Составить тестовые задания по теме (пропущенной);
2. Составить глоссарий по теме (пропущенной);
3. Подготовить презентацию по теме (пропущенной):
4. Подготовить мультимедийный проект по теме (пропущенной):

*Примечание:* Тестирование на Midtern exam и на 15 неделе проводится в системе IspringQuizMaker и предусматривает знание основных положений разделов всей дисциплины. Тест содержит 50 вопросов. Вопросы могут содержать 1, 2 и более правильных ответов. Частично правильные ответы не принимаются.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Основная:**

1. Купамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры.М:Советский спорт,2014
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания, М.,2012г.
3. Гандельсман А.Б. Физическое воспитание детей школьного возраста.М.:Физкультура и спорт,2012
4. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жигалов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 256с..

**Дополнительная:**

1. Багнетова Е.А. Гигиена физического воспитания и спорта. Курс лекций. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2009.
2. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2005.

<http://univer.kaznu.kz> система УНИВЕР КазНУ, УМКД; лекции ОЗОЖ

Приложение 1Элементы образа жизни

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Питание (рациональное,  сбалансированное, правильное)  2. Питание кач(ественные  продукты, витамины, экологически  чистые продукты)  3. Питание (режим: соблюдение  кратности и времени приема пищи)  4. Сон (длительность)  5. Сон (пробуждение,  тревожность)  6. Спорт, физзарядка  7. Закаливание  8. Переутомление умственное  9. Переутомление физическое  10 Взаимоотношения с  родителями  11. Общественные места  (транспорт, магазины, улица и  т. д.)  12. Наследственность  13. Отдых  14. Успехи  15. Взаимоотношения с друзьями  16. Взаимоотношения с  коллегами  17. Занятия  психосаморегуляцией  18. Секс  19. Курение  20. Употребление алкоголя  21. Хронические заболевания  22. Острые заболевания в(  том числе респираторные)  23. Климат  24. Погода | 25. Лечебные  мероприятия  (лечение и профилактика)  26. Экология  27. Материальная  обеспеченность  28. Жилищные условия  29. Бог  30. Сглаз  31. Духовная насыщенность  жизни  32. Сауна  33. Удовлетворение от  работы  34. Удовлетворение от учебы  35. Хобби, любимое дело,  увлечение  36. Внешний вид  37. Личная гигиена  3 8. Здоровье близких  39. Взаимоотношения в  собственной семье (но не с  родителями)  40. Любить и быть любимым  41. Неудачи  42. Мнительность,  впечатлительность  43. Повышение  интеллектуального уровня 44. Повышение культурного уровня  45. Эмоциональность  46. Инертность  47. Режим дня  48. Отношения с начальством  49. Карьера, профессиональный рост  50. Политика, действия властей |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |