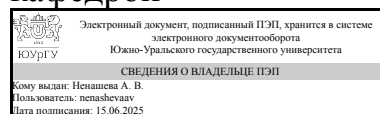


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.06.02 Средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности

для направления 44.03.01 Педагогическое образование

уровень Бакалавриат

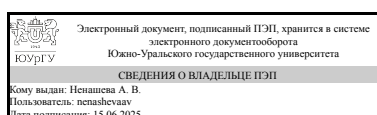
профиль подготовки Физкультурное образование

форма обучения заочная

кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

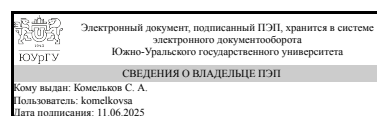
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
старший преподаватель



С. А. Комельков

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: формирование у студентов системы научных знаний, методических умений и навыков организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с различным половозрастным и профессиональным контингентом населения. Задачи: сформировать у студентов систему знаний теоретических основ оздоровительной физической культуры, агитационно пропагандистской деятельности в сфере физкультурно – оздоровительной работы; сформировать систему знаний, методических умений и навыков по организации, планированию и дозированию физических упражнений в процессе занятий ОФК с разновозрастным контингентом взрослого населения; дать необходимую сумму знаний и представлений по средствам и формам организации физкультурно-оздоровительной работы; воспитать чувство ответственности и гордости за свой профессиональный труд по оздоровлению населения.

Краткое содержание дисциплины

Законодательные и нормативно-правовые документы в физкультурно-оздоровительной работы. Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Оздоровительная физическая культура: направления развития. Двигательная активность. Физическая работоспособность и здоровье. Понятие о здоровом образе жизни. Основные принципы оздоровительной тренировки. Оценка состояния здоровья. Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения. Понятия «средства и формы» Общая характеристика средств и форм ОРФК. Характеристика, назначение и экономическая эффективность производственной физической культуры. Организация занятий в физкультурно-оздоровительных группах. Виды физкультурно-оздоровительных групп. Оздоровительное воздействие закаливания и бани на организм человека. Понятие «закаливание», цель и задачи закаливания организма человека. Организация физкультурно-оздоровительных занятий на тропях здоровья. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в санаториях и санаториях-профилакториях. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в домах отдыха и на турбазах. Агитационно-пропагандистская деятельность в физкультурно-оздоровительной деятельности.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности. Умеет: аргументированно формировать собственное суждение и оценку влияния различных средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности. Имеет практический опыт: анализа источников

	информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений о пользе и вариантах реализации средств и форм оздоровления.
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Знает: средства и формы физкультурноспортивной деятельности; алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения. Умеет: определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. Имеет практический опыт: владения инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Знает: основные приемы и нормы социального взаимодействия. Умеет: устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе. Имеет практический опыт: владения навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности.
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	Знает: структуру, состав основных оздоровительных средств, формы физкультурно-оздоровительной деятельности, дидактические компоненты. Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО и принципом оздоровительной направленности. Имеет практический опыт: разрабатывать различные формы учебно-оздоровительных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения в оздоровительной работе.
ПК-2 Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности; способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам оздоровительного влияния различных средств на здоровье учащихся. Умеет: ставить воспитательные цели, проектировать воспитательную деятельность в соответствии с требованиями ФГОС ОО и необходимостью физкультурно-оздоровительной деятельности. Имеет практический опыт: выбора способов организации и оценки различных видов внеурочной деятельности с точки зрения оценки их оздоровительного влияния.

ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности; принципы проектирования оздоровительной деятельности. Умеет: использовать передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся с включением средств и систем оздоровления. Имеет практический опыт: разработки и реализации индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в сфере оздоровления.
ПК-6 Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Знает: особенности применения средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья. Умеет: включать методики и технологии психолого-педагогического сопровождения, оздоровления обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в план учебно-воспитательного процесса. Имеет практический опыт: выбора способов оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам оздоровления.
ПК-7 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	Знает: основы здоровьесбережения с применением средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности. Умеет: определять факторы, необходимые для оказания доврачебной помощи обучающимся. Имеет практический опыт: оценки рисков травматизма в учебно-воспитательном процессе.
ПК-8 Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных	Знает: особенности применения средств контроля и самоконтроля функционального состояния и здоровья обучающихся. Умеет: корректировать план образовательного процесса в соответствии с результатами диагностики функционального состояния и здоровья обучающихся. Имеет практический опыт: разработки образовательных программ различных уровней обучения с внедрением современных средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности.
ПК-9 Способен планировать, организовывать, контролировать и координировать образовательный процесс	Знает: особенности средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности детей и подростков, варианты их применения в образовательном процессе. Умеет: применять методы анализа педагогической ситуации для ее коррекции с помощью средств и систем оздоровления детей и подростков. Имеет практический опыт: проектирования учебно-воспитательного процесса с опорой на научно-обоснованные закономерности применения средств и систем оздоровления детей и подростков.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Проектирование здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях, Педагогическая валеология	Организация дополнительного образования

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	Знает: природные факторы и их влияние на организм человека, принципы личной гигиены в условиях обычной двигательной активности, а также занятий оздоровительными формами физической культуры и спорта., алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения., природные факторы и их влияние на организм человека, принципы личной гигиены в условиях обычной двигательной активности, а также занятий оздоровительными формами физической культуры и спорта., гигиенические основы трудового процесса, гигиенические принципы организации школьного физического воспитания., гигиенические принципы организации физкультурно-спортивной деятельности. Умеет: проводить закаливание различных контингентов лиц, реализовывать принципы профилактики допинга в спорте., определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений., проводить закаливание различных контингентов лиц, реализовывать принципы профилактики допинга в спорте., оценивать и реализовывать гигиенические принципы организации школьного физического воспитания, оценивать и реализовывать гигиенические принципы организации оздоровительных кампаний для детей и подростков., оценивать и реализовывать гигиенические принципы организации физкультурно-спортивной деятельности. Имеет практический опыт: умения дать рекомендации по питанию лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в зависимости от возраста, пола, вида спорта)., владения инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих

	правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений., умения дать рекомендации по питанию лицам , занимающимся физической культурой и спортом (в зависимости от возраста, пола, вида спорта)., навыками техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом., проведения бесед и лекций по выполнению гигиенических требований к организации физкультурно-спортивной деятельности.
Проектирование здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях	Знает: основные принципы организации и структуру развивающей, безопасной образовательной среды, обеспечивающей субъектам образовательного процесса возможности для эффективного саморазвития. , основные направления здоровьесберегающей деятельности и методику использования здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе., способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. Умеет: планировать образовательный процесс и использовать разнообразные формы, методы и средства для развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативности, творческих способностей и гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни, средствами преподаваемого учебного предмета., разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп., использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет практический опыт: применять умения по планированию и проектированию учебно-воспитательного процесса., организации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области., владение здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Педагогическая валеология	Знает: педагогические закономерности организации образовательного процесса., основы методики валеологического воспитания, виды и

приемы современных здоровьесберегающих педагогических технологий., основы методики валеологического воспитания, виды и приемы современных здоровьесберегающих педагогических технологий., научно-практические основы физической культуры, здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности, работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни., научно-практические основы физической культуры, здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности, работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. Умеет: осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе с особыми образовательными потребностями обучающихся., определять воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, использовать приемы формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни., планировать образовательный процесс с использованием приемов формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни., выбирать средства и методы физической культуры и видов фитнеса для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни., выбирать средства и методы физической культуры и видов фитнеса для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Имеет практический опыт: владения методами организации совместной и индивидуальную деятельности детей с разными типами нарушенного развития в соответствии с их возрастными, сенсорными и интеллектуальными способностями., формировать познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре

	и спорту, культуре здорового и безопасного образа жизни., использования средств и методов физической культуры для укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, успешной социально-культурной и профессиональной деятельности., использовать средства и методы физической культуры для укрепления индивидуального здоровья.
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 20,5 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		7
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	12	12
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	87,5	87,5
изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	35	35
выполнение исследовательских и творческих заданий	25,5	25.5
подготовка к экзамену	27	27
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Современные средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности.	12	4	8	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания Проблемы сохранения и укрепления здоровья при развитии и совершенствовании психомоторных способностей и повышении физического потенциала в процессе занятий физической культурой и спортом. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	1

		Оздоровительная физическая культура: направления развития. Двигательная активность. Физическая работоспособность и здоровье. Понятие о здоровом образе жизни. Основные принципы оздоровительной тренировки. Оценка состояния здоровья.	
2	1	Социально-педагогические аспекты использования нетрадиционных форм и средств физической культуры в практике физкультурно-оздоровительной работы с различными слоями населения и возрастными группами. Характеристика двигательной формы- физическая рекреация. Понятие и структура ОРФК. Физкультурная деятельность, ее характеристика. Критерии определения функций и результата физкультурно-рекреативной деятельности (ФРД). Функционально-целевая направленность ОРФК: преобразование биологической и социальной природы человека. Структура технологии физкультурно-рекреативной деятельности. Характеристика организационного компонента (планирование); инструментально-процессуального (подбор и использование упражнений); контрольно-оценочного (обеспечение контроля за состоянием занимающихся, эффективностью средств, безопасностью и др.).	1
3	1	Понятия «средства и формы» Общая характеристика средств и форм ОРФК: основные и дополнительные средства; организованные и самостоятельные формы. Организованные и самостоятельные формы ОРФК: по месту жительства (детско-юношеские клубы и центры, объединения, физкультурно-оздоровительные группы и др.); по месту отдыха (в санаториях, санаториях-профилакториях, в парках культуры и других местах отдыха населения). Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения. Научно-прикладные аспекты совершенствования современной оздоровительно-рекреационной физической культуры на основе интеграции нетрадиционных направлений	1
4	1	Характеристика, назначение и экономическая эффективность производственной физической культуры (ПФК). Понятие, цель и задачи ПФК. Характеристика общих функций ПФК (двигательной, социально-психологической, коммуникативной, нормативной и др.). Характеристика специфических функций ПФК (реабилитационной, прикладной, лечебно-профилактической, нормативной и др.). Структура ПФК: производственная гимнастика, послетрудовая реабилитация, профилактика профессиональных заболеваний и профессионально-прикладная физическая культура, их характеристика. Характеристика средств ПФК (естественно-культурных, искусственно созданных, медико-биологических, психологических и др.). Агитационно-пропагандистская деятельность в ОФК. Понятия «агитация» и «пропаганда», их цель, место, в жизнедеятельности общества. Понятие и структура агитационно-пропагандистской деятельности (А и П) в области ОФК, ее функции. Субъект, объект, цель и задачи агитации и пропаганды. Принципы обеспечения агитационно-пропагандистской деятельности (научная и практическая обоснованность, учет интересов, непрерывность, доступность, оригинальность, комплексность).	1

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Характеристика понятий «образ жизни» и «здоровый образ жизни». Содержание различных подходов к пониманию и определению ОФК. Понятие, цель и задачи ОФК. Место ОФК в структуре физической культуры. Структура ОФК. Характеристика специального направления ОФК:	1

		реабилитационного и производственного. Характеристика общеоздоровительного направления рекреационного. Назначение и структура лечебно-реабилитационной физической культуры (ЛФК, физическая реабилитация, адаптивная физическая культура). Характеристика специфических функций (преобразование биологической и социальной природы человека). Природные и социальноэкономические факторы функционирования и развития ОФК. Характеристика природных факторов (географическая, экологическая и климатическая среда). Характеристика социально-экономических факторов (общественно-политический строй, характер труда, уровень образования, состояние здоровья, материальное положение, научное, методическое и кадровое обеспечение, традиции и др.). Объективные и субъективные факторы функционирования и развития ОФК.	
2	1	Научно-прикладные аспекты использования средств и методов оздоровления и современных видов кондиционной тренировки (стретчинг, аэробика, бодибилдинг, шейпинг и т.д.) в физкультурно-оздоровительной работе с различным контингентом. Структура и содержание физкультурно-оздоровительной работы для различных половозрастных групп населения. Особенности организации работы с лицами старшего возраста.	1
3	1	Характеристика форм ПФК: организованные (физкультурно-оздоровительные и профилированные группы, группы по интересам и характеру труда, мужские и женские группы и др.); в режиме рабочего дня (производственная гимнастика, комнаты психологической и психоэмоциональной разгрузки, комнаты активного отдыха и др.); в свободное время (занятия в ФОЦах, клубах, участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и др.). Самостоятельные формы занятий, (групповые и индивидуальные, по месту работы, жительства и отдыха населения).	1
4	1	Организация занятий в физкультурно-оздоровительных группах. Виды физкультурно-оздоровительных групп (ФОГ). Задачи, решаемые в физкультурно-оздоровительных группах общей физической подготовки (ОФП), специальной физической подготовки (СФП) и группах здоровья. Этапы формирования ФОГ и организации занятий. Требования к возрастным показателям, полу, физическому развитию и физической подготовленности, состоянию здоровья, интересам и профессиональной деятельности занимающихся при комплектовании физкультурно-оздоровительных групп. Возрастной шаг и учет индивидуальных особенностей и интересов при комплектовании физкультурно – оздоровительных групп. Особенности подбора средств и форм в физкультурно-оздоровительных группах в соответствии с контингентом, интересами занимающихся, поставленной целью и задачами. Требования к уровню общей культуры, внешнему виду и профессиональной подготовке инструктора – методиста по физкультурно – оздоровительной и спортивно – массовой работе.	1
5	1	Место и роль закаливания в жизни человека, физиологические механизмы закаливания и профилактики заболеваний. Характеристика механизмов терморегуляции. Профилированное закаливание низкими и высокими температурами. Средства, формы, принципы и методы закаливания. Характеристика природных средств закаливания (солнца, воздуха, воды). Меры безопасности и противопоказания к закаливанию.	1
6	1	Организация физкультурно-оздоровительных занятий на тропах здоровья. История развития троп здоровья. Характеристика современных специально подготовленных и промаркированных дорожек (трасс) в лечебных учреждениях под названием «терренкур». Назначение троп здоровья и их место в ОФК. Положительные факторы, способствующие привлечению населения к занятиям на тропах здоровья (строгое дозирование физических нагрузок, высокая эмоциональность занятий, доступность, возможность	1

		самостоятельно заниматься в свободное время). Оздоровительное влияние занятий на тропах здоровья на организм людей разных возрастов и физического состояния. Виды троп здоровья и их характеристика (тропы здоровья с дозированной физической нагрузкой на станциях и тропы здоровья с дозированной физической нагрузкой между станциями). Принципиальные отличия троп здоровья с дозированной физической нагрузкой на станциях от троп здоровья с дозированной физической нагрузкой между станциями.	
7	1	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства населения. Цель и задачи проведения физкультурно-оздоровительной работы (ФОР) по месту жительства населения. Организация оздоровительно-рекреативной физической культуры (ОРФК), ее оздоровительная и развлекательная направленность. Организация и проведение ОРФК в микрорайонах, общежитиях, ФОКах, клубах и группах по интересам, культурно-спортивных комплексах и объединениях, парках культуры, скверах, лесных массивах и др. Средства и формы организации ОРФК по месту жительства населения. Характеристика физкультурно-оздоровительных мероприятий, их значение в проведении ФОР. Требования к организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий по месту жительства населения.	1
8	1	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в санаториях и санаториях-профилакториях. Характеристика санаториев как учреждений лечебно-реабилитационного профиля, задачи при проведении ФОР в санаториях. Требования к направлению больных в санатории соответствующего профиля, сроки пребывания в санатории. Обоснование использования для реабилитации пациентов разнообразных средств физической культуры в сочетании с климатотерапией, бальнеологическими и физиотерапевтическими процедурами, грязелечением, лечебным питанием и др. Характеристика 3-х двигательных режимов применяемых в санаториях. Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в домах отдыха и на турбазах. Характеристика домов отдыха и турбаз как оздоровительно-рекреативных учреждений. Цель, задачи и требования к организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы в домах отдыха и на турбазах. Средства и формы проведения ФОР в домах отдыха. Особенности формирования, организации и проведения занятий в ФОГ. Характеристика и содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий. Особенности подбора средств и форм проведения ФОР в домах отдыха с учетом интересов и возможностей отдыхающих. Требования к профессиональной подготовке инструктора-методиста по ФОР в домах отдыха.	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
изучение и конспектирование монографий, учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ЭУМД осн. лит. 1,2;3.	7	35
выполнение исследовательских и	Поиск информации в глобальных	7	25,5

творческих заданий	компьютерных сетях.		
подготовка к экзамену	ПУМД осн. и доп. лит. ЭУМД осн. лит.	7	27

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	7	Текущий контроль	Тесты НОК	1	10	Тест по Педагогике ФКиС, содержит 10 вопросов. Максимальная оценка - 10 баллов. Время выполнения теста по дисциплине 10 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 6 баллов за тест. Количество попыток - 2. 9-10 баллов - оценка "отлично", 7-8 баллов - оценка "хорошо", 5 - 6 оценка "удовлетворительно", ниже 5 - оценка "неудовлетворительно".	экзамен
2	7	Текущий контроль	Конспектирование	1	5	5 баллов: демонстрируются полнота использования учебного материала, логика изложения (наличие смысловых связей между понятиями), наглядность (аккуратность выполнения, читаемость конспекта, грамотность (терминологическая и орфографическая), опорные сигналы-слова, словосочетания, символы, самостоятельность при составлении. 4 балла: демонстрируются использование учебного материала неполное, недостаточно логично изложено содержание, отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы-слова, словосочетания, символы, самостоятельность при составлении. 3 балла: демонстрируются использование учебного материала неполное, недостаточно логично изложено содержание материала, прослеживается несамостоятельность при составлении. 2 балла: демонстрируются использование учебного материала неполное, отсутствуют смысловые	экзамен

					связей между понятиями, аккуратность выполнения, читаемость конспекта, допущены ошибки терминологические и орфографические, отсутствуют опорные сигналы-слова, словосочетания, символы, несамостоятельность при составлении. 1 балл - работа не выполнена или содержит материал не по заданию. 0 баллов - задание не выполнено.	
3	7	Текущий контроль	Задание 1 Таблица	1	5 5 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена полностью. 4 балла: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена частично. 3 балла: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена на половину. 2 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу, работа выполнена не полностью. 1 балл - работа не выполнена или содержит материал не по заданию. 0 баллов - задание не выполнено.	экзамен
4	7	Текущий контроль	Задание 2 Исследовательское.	1	5 5 баллов: представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; выполнен	экзамен

					и представлен правильный отбор необходимой информации. 4 балла: представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; не достаточно точно представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; выполнен и представлен не достаточно правильный отбор необходимой информации. 3 балла: не представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; слабо представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; не четко выполнен и представлен отбор необходимой информации. 2 балла: не представлена собственная точка зрения; аргументация своего мнения слабо связана с раскрытием предложенной темы; не выполнен и не представлен отбор необходимой информации 1 балл - работа не выполнена или содержит материал не по заданию. 0 баллов - задание не выполнено.	
5	7	Текущий контроль	Конспектирование	2	5 В данном задании студенту предлагается составить краткий конспект всех вопросов. 5 баллов: содержание краткого конспекта раскрыто максимально полно и детально, раскрыто 90-100% вопросов. 4 балла: содержание краткого конспекта раскрыты, но присутствуют избыточные, либо не совсем соответствующие содержанию вопроса теме, раскрыто 70-80% вопросов. 3 балла: содержание краткого конспекта не раскрыто, не приведены ключевые ответы на 50-60% вопросов. 2 балла: содержание краткого конспекта не соответствует заданной профессиональной тематике, количество ответов на вопросы в ограниченном количестве менее 50%). 1 балл - содержит материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	экзамен
6	7	Текущий контроль	Задание 3 Творческое	1	5 5 баллов: студент предоставляет (самостоятельно или групповое)	экзамен

					составленное творческое задание, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы 4 балла : студент предоставляет составленное творческое задание, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 3 балла: составленное творческое задание не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 2 балла: составленное творческое задание не соответствует требованиям, в работе нет последовательности, при представлении своей работы студент затрудняется отвечать. 1 балл: работа содержит материал не по вопросу. 0 баллов: работа не выполнена.		
7	7	Текущий контроль	Задание 4 Составление теста	2	20	18-20 баллов: тест состоит не менее 100% заданий, по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу, работа выполнена своевременно. 15-17 баллов: тест состоит их определенного количества заданий, 20% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу, работа выполнена своевременно. 12-14 баллов: тест состоит из меньшего количества заданий, 40% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу, работа выполнена с опозданием. 7-11 баллов: тест состоит их меньшего количества заданий, 60% не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу, работа выполнена с опозданием. 0-6 баллов: работа не выполнена.	экзамен

8	7	Промежуточная аттестация	Вопросы к экзамену	-	5	Отлично: заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Хорошо: заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности. Удовлетворительно: выставляется студентам, допустившим погрешности не принципиального характера в ответе Неудовлетворительно: выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала.	экзамен
---	---	--------------------------	--------------------	---	---	--	---------

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы билета. В билете три вопроса. Два вопроса теоретического плана, третий практический. В аудитории, где проводится экзамен, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждый студент берет билет и готовится в течение 20-30 минут. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ							
		1	2	3	4	5	6	7	8
УК-1	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности.								+
УК-1	Умеет: аргументированно формировать собственное суждение и оценку влияния различных средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности.								+
УК-1	Имеет практический опыт: анализа источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений о пользе и вариантах реализации средств и форм оздоровления.								+
УК-2	Знает: средства и формы физкультурноспортивной деятельности; алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения.	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-2	Умеет: определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.		+			+	+	+	+
УК-2	Имеет практический опыт: владения инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.					+		+	+
УК-3	Знает: основные приемы и нормы социального взаимодействия.	+	+	+				+	+
УК-3	Умеет: устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе.			+	+			+	+
УК-3	Имеет практический опыт: владения навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности.			+	+				+
ПК-1	Знает: структуру, состав основных оздоровительных средств, формы физкультурно-оздоровительной деятельности, дидактические компоненты.		+						+
ПК-1	Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО и принципом оздоровительной направленности.		+						+
ПК-1	Имеет практический опыт: разрабатывать различные формы учебно-оздоровительных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения в оздоровительной работе.		+						+
ПК-2	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности; способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам оздоровительного влияния различных средств на здоровье учащихся.			+					+
ПК-2	Умеет: ставить воспитательные цели, проектировать воспитательную деятельность в соответствии с требованиями ФГОС ОО и необходимостью физкультурно-оздоровительной деятельности.			+					+
ПК-2	Имеет практический опыт: выбора способов организации и оценки различных видов внеурочной деятельности с точки зрения оценки их оздоровительного влияния.			+					+
ПК-5	Знает: средства и формы физкультурно-оздоровительной деятельности; принципы проектирования оздоровительной деятельности.				+				+
ПК-5	Умеет: использовать передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся с включением средств и систем оздоровления.					+			+
ПК-5	Имеет практический опыт: разработки и реализации индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в сфере оздоровления.					+			+
ПК-6	Знает: особенности применения средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья.								+

ПК-6	Умеет: включать методики и технологии психолого-педагогического сопровождения, оздоровления обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в план учебно-воспитательного процесса.									+
ПК-6	Имеет практический опыт: выбора способов оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам оздоровления.									+
ПК-7	Знает: основы здоровьесбережения с применением средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности.									++
ПК-7	Умеет: определять факторы, необходимые для оказания доврачебной помощи обучающимся.									++
ПК-7	Имеет практический опыт: оценки рисков травматизма в учебно-воспитательном процессе.									++
ПК-8	Знает: особенности применения средств контроля и самоконтроля функционального состояния и здоровья обучающихся.									++
ПК-8	Умеет: корректировать план образовательного процесса в соответствии с результатами диагностики функционального состояния и здоровья обучающихся.									++
ПК-8	Имеет практический опыт: разработки образовательных программ различных уровней обучения с внедрением современных средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности.									++
ПК-9	Знает: особенности средств и форм физкультурно-оздоровительной деятельности детей и подростков, варианты их применения в образовательном процессе.								+	+
ПК-9	Умеет: применять методы анализа педагогической ситуации для ее коррекции с помощью средств и систем оздоровления детей и подростков.								+	+
ПК-9	Имеет практический опыт: проектирования учебно-воспитательного процесса с опорой на научно-обоснованные закономерности применения средств и систем оздоровления детей и подростков.								+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Булич Э. Г. Здоровье человека : Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции / Э. Г. Булич, И. В. Муравов. - Киев : Олимпийская литература, 2003. - 422, [1] с. : ил.
2. Сериков С. Г. Здоровьесбережение в курсе педагогики для студентов инженерных специальностей : учеб. пособие / С. Г. Сериков ; под ред. А. И. Сидорова ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Безопасность жизнедеятельности ; ЮУрГУ. - Челябинск : Издательство ЮУрГУ, 1999. - 50, [2] с.

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Методические рекомендации

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Методические рекомендации

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебник для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 279 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17033-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563115 .
2	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебник / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/563233 .
3	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Физкультурно-оздоровительные технологии : учебник для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/567455 .
4	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебник для вузов / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12478-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/566736 .
5	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Дрозд, К. В. Методика работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебник для вузов / К. В. Дрозд, И. В. Плаксина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 423 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12479-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/566594 .

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ"
(<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)
4. ABBYY-FineReader 8(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(31.12.2022)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Экзамен	101 (6)	Основное оборудование: стол, парты, стулья.
Практические занятия и семинары	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.