МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B702B62B2039803F6B5D5BD273DA9854
Владелец: Шимановская Янина Васильевна
Действителен: с 02.07.2024 до 25.09.2025

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных

средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1. Appearance and personality. Grammar: word order in questions, present simple and present continuous.

Тема занятия: word order in questions, present simple and present continuous.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Put the word into the correct place in the questions.

Example: 1 Where you born? (were) - **Where were you born?**

2 Do have any brothers or sisters? (you)

3 What university you go to? (do)

4 What languages you speak? (can) 5

Where you study English before? (did)

6 What kind of music do you listen? (to)

7 How do you do exercise? (often)

8 Where did you last weekend? (go)

2. Complete the sentences in the present simple or present continuous form of the verbs in the box

drink	drive	like	listen	live	rain	sleep	study	wear	work

1 Sorry, I can't hear you. I'*m listening* to music.

2 Charles always _____ to work.

3 'Shhhh! Be quiet! The children _____.'

4 We can't play tennis today. It _____.

5 Fiona _____ four cups of coffee every day.

6 We _____ this picture very much.

7 My brother _____ for Apple.

8 Kathy always _____ jeans at home.

9 They can't come to the theatre because they _____ for the exam tomorrow.

10 My parents _____ in a big house in the country.

Тема занятия: common verb phrases, appearance and personality.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Match the verbs and nouns.

1	be born	☑	a	MTV, a TV series
2	do	☐	b	in a house, with friends
3	listen to	☐	c	two sisters, a pet
4	play	☐	d	exercise, sport
5	read	☐	e	an email, a magazine
6	speak	☐	f	to the cinema, on holiday
7	live	☐	g	the guitar, basketball
8	watch	☐	h	a foreign language, English
9	go	☐	i	dance music, R&B
10	have	☐	j	in Kraków, in Poland

2. Complete the opposites.

1 talkative - **quiet**

2 shy -

3 generous -

4 friendly -

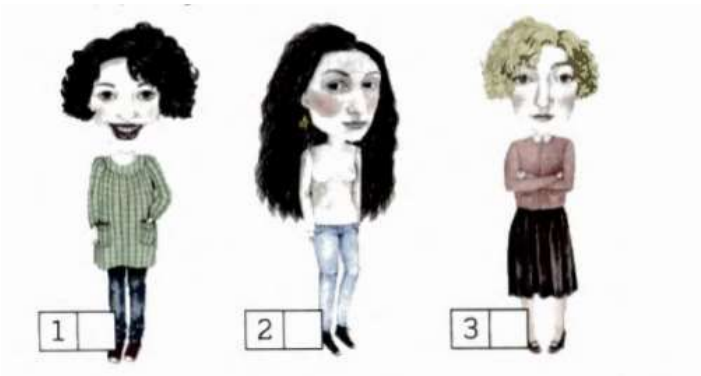
5 hard-working -

6 kind -

7 serious -

8 stupid -

3. What does they look like? Suppose what they are like. Explain your choice.



Тема 2. Tourism. Grammar: past simple (regular and irregular verbs).

Тема занятия: past simple.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. **Write the past simple of these verbs in the correct column.**

~~argue~~ ~~begin~~ arrive ask buy can choose eat feel invite rent say stay sunbathe

Regular	Irregular
argued	*began*

2. **Complete the text with the past simple form of the verbs in the box.**

arrive ask book cannot ~~decide~~ go (x2) look take want

The holiday that wasn't

Four years ago, we [1] *decided* to go away for the weekend. We [2] _____ to go to Portugal, so we [3] _____ a beautiful apartment online. A week later, we [4] _____ a taxi to the airport. We [5] _____ at the airport at two o'clock, and we [6] _____ to check in. The woman at the desk [7] _____ us for our passports. We [8] _____ in our bags, but we [9] _____ find them. So we [10] _____ home!

Тема занятия: tourism.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. **Read the clues below and write the missing travel words in this crossword.**



Across

1. The place you travel to.
4. The place where bags are checked for illegal items.
6. To go on a journey
7. A kind of journey.
8. The industry which helps people to Bo on holiday.
10. You pay this to protect yourself on holiday.

Down

1. Papers with official information for travel (e.g. passport, tickets, visa).
2. To live in a place for a temporary period.
3. You have this to protect against a disease.
5. A special place to see (e.g. famous monument, building, palace).
9. To come together with new people on holiday.

Тема 3. The story behind the photo. Grammar: past continuous, time sequencers and connectors.

Тема занятия: past continuous.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Complete the sentences with the verbs in brackets in the past continuous.

Example: 1 You were laughing (laugh) when I took the photo.

2 It (snow) when our plane landed.

3 We (not drive) fast when the accident happened.

4 What (he / do) when his boss arrived?

5 Why (you / cry) at the party?

6 I (sit) on the bus when I saw my boyfriend with another girl.

7 They (live) in New Zealand when their first child was born.

8 He didn't call you because his mobile phone (not work).

2. Complete the story with the past simple or past continuous.

Last summer I [1] *went* (go) to Los Angeles to stay with my cousin for a few weeks. One afternoon we [2] _____ (have) lunch in a nice restaurant in the centre of town when my cousin [3] _____ (get) a call on her mobile phone and went outside to talk. While she [4] _____ (speak) to her friend, I suddenly [5] _____ (notice) a man in a black hat who [6] _____ (sit) at the next table. It was the actor Johnny Depp! He was alone, and I [7] _____ (decide) to take my chance. So I got up and [8] _____ (go) to his table. 'Excuse me, could I have my photo taken with you?' I asked. He [9] _____ (say) yes, so I [10] _____ (stop) a waitress who [11] _____ (pass) by and gave her my camera. She [12] _____ (take) the photo of me and Johnny, I thanked them both, and then I returned to my table. When my cousin [13] _____ (come) back, I [14] _____ (smile).

'Why are you looking so pleased with yourself?' she asked.

'I had my photo taken with Johnny Depp.'

'Johnny Depp? Where is he?'

'He's sitting over there. Look!'

She turned around to look and then started to laugh.

'That's not Johnny Depp!'

I [15] _____ (look) at the man in the black hat – he [16] _____ (laugh) too.

Тема занятия: time sequencers and connectors.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Look at each group of sentences. Complete each sentence with *so, because, but,* or *although*.

1 a Linda ran to the station *because* she was very late.
b Linda was very late _____ she ran to the station.
c _____ Linda ran to the station, she was too late and she missed the train.
2 a _____ we couldn't go out, we had a really good afternoon at home.
b It was raining _____ we stayed at home.
c We stayed at home last Sunday _____ it was raining.
3 a The tickets were really expensive _____ they managed to sell them all in an hour.
b _____ the tickets were really expensive, they sold them all in an hour.
c They sold the tickets quickly _____ the concert was very popular.

Тема 4. Plans and dreams. Grammar: future forms.

Тема занятия: be going to (plans and predictions)
Формы практических заданий: практикум.
Задания практикума.
1. Complete the sentences with going to + a verb from the box.

be book not fly get ~~miss~~ need not sleep not stay

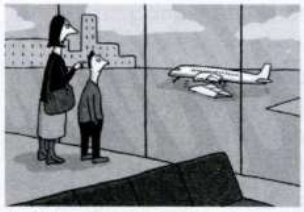


1 He's *going to miss* the flight.


2 I _____ my flight online.


3 He _____ during the flight.


4 How _____ she _____ to the airport?


5 That plane _____ today.


6 They _____ late.


7 I _____ in a hotel.



8 _____ we _____ a trolley?

Тема занятия: present continuous (future arrangements).
Формы практических заданий: практикум.
Задания практикума.

1. Complete the text with the present continuous form of the verbs in brackets.

'Hi, I'm Lisa, your guide, and I'm going to tell you about the arrangements for your day trip to Paris. (example) **We're starting 1(start)** our trip in about five minutes, so please make yourselves comfortable. We 2(drive) you straight to Dover - we 3(not stop) for breakfast on the way. We 4(get) the 9.15 ferry, so we're in a bit of a hurry. When we arrive in France, we 5(go) straight to Paris with no stops. We 6. (not take) you to the city centre, because the traffic is terrible. We 7(stop) in Torcy, just

outside Paris. We 8(arrive) in Paris at about midday, so you have all afternoon to go sightseeing and shop. We 9(pick) you up from the station in Torcy at 5.30 in the evening. We 10(catch) the ferry home at 8.45, so please don't be late. Now, any questions?'

2. Circle the correct verb form. If both forms are possible, tick the sentence.

1 A: Why are you looking so worried?
B: I'm sure I am going to get / I'm getting lost.

2 A: Do you have any plans for this weekend?
B: Yes, I'm going to visit / I'm visiting my grandparents on Sunday.

3 A: I'm going to Poland next week.
B: Really? Do you think it's going to be / it's being cold?

4 A: My brother has a job interview in London.
B: Oh. Do you think he's going to get / he's getting the job?

5 A: What time's the train?
B: At 7.15. Don't worry. We aren't going to miss / aren't missing it.

6 A: We're going on holiday next month.
B: Are you? Where are you going to go / are you going?

7 A: How do you get to work?
B: I usually catch the bus, but tomorrow I'm going to drive / I'm driving because the buses are on strike.

8 A: Your girlfriend drives too fast.
B: I know. I'm sure she's going to have / she's having an accident one day.

Тема занятия: Defining relative clauses
Формы практических заданий: практикум.
Задания практикума.

1. Match the beginnings (numbers) and ends (letters) of the sentences.

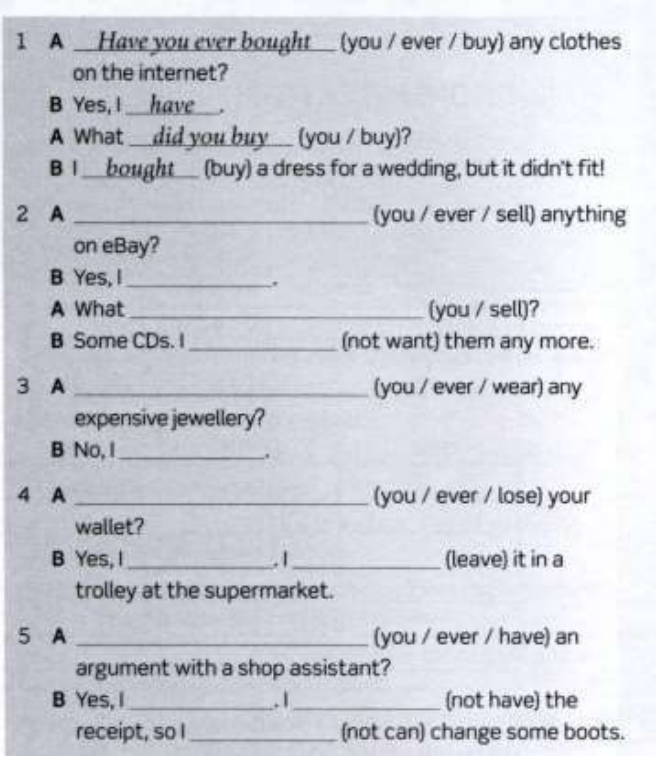
1 That's the hotel **- f**	a which has a good camera.
2 I need a phone	b which my brother takes to work.
3 My mum is the only person	c which serves fresh fish.
4 I love the picture	d who remembers my birthday.
5 That bus is the one	e who painted Mr & Mrs Clarke.
6 Benicassim is the Spanish town	f where we spent our honeymoon.
7 David Hockney is the artist	g where they have a famous music festival.
8 That's the restaurant	h which is on the wall of your room .

Тема 5. Parents and teenagers. Grammar: present perfect.

Тема занятия: Present Perfect.
Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Complete the dialogues. Use the present perfect or past simple



1 A *Have you ever bought* (you / ever / buy) any clothes on the internet?
B Yes, I *have*.
A What *did you buy* (you / buy)?
B I *bought* (buy) a dress for a wedding, but it didn't fit!

2 A _____ (you / ever / sell) anything on eBay?
B Yes, I _____.
A What _____ (you / sell)?
B Some CDs. I _____ (not want) them any more.

3 A _____ (you / ever / wear) any expensive jewellery?
B No, I _____.

4 A _____ (you / ever / lose) your wallet?
B Yes, I _____. I _____ (leave) it in a trolley at the supermarket.

5 A _____ (you / ever / have) an argument with a shop assistant?
B Yes, I _____. I _____ (not have) the receipt, so I _____ (not can) change some boots.

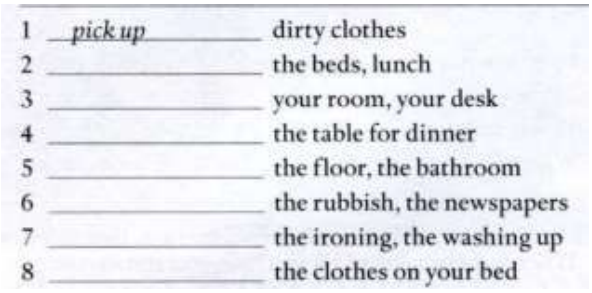
Тема занятия: parents and teenagers.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

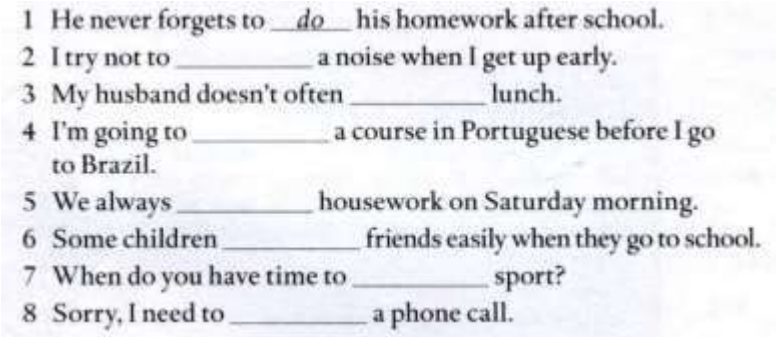
1. Complete the expressions with these verbs.

Clean- do - lay - make - pick up - put away - tidy - take out



1 *pick up* dirty clothes
2 _____ the beds, lunch
3 _____ your room, your desk
4 _____ the table for dinner
5 _____ the floor, the bathroom
6 _____ the rubbish, the newspapers
7 _____ the ironing, the washing up
8 _____ the clothes on your bed

2. Complete the sentences with do or make.



1 He never forgets to *do* his homework after school.
2 I try not to _____ a noise when I get up early.
3 My husband doesn't often _____ lunch.
4 I'm going to _____ a course in Portuguese before I go to Brazil.
5 We always _____ housework on Saturday morning.
6 Some children _____ friends easily when they go to school.
7 When do you have time to _____ sport?
8 Sorry, I need to _____ a phone call.

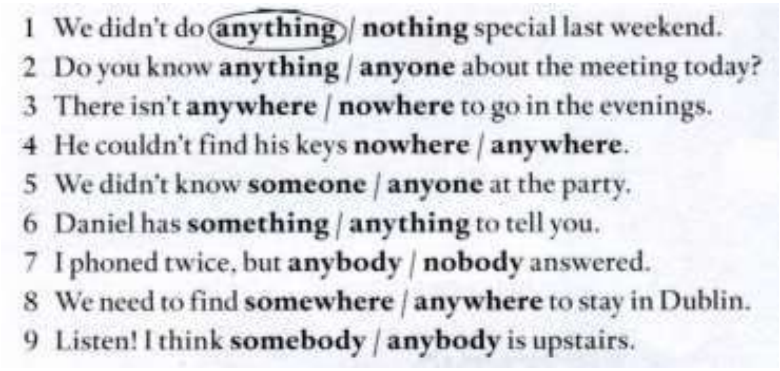
Тема 6. Fashion and shopping. Grammar: something, anything, nothing.

Тема занятия: something, anything, nothing.

Формы практических заданий: практикум.

Задание практикума.

1. Circle the correct word.


1 We didn't do **anything** / **nothing** special last weekend.
2 Do you know **anything** / **anyone** about the meeting today?
3 There isn't **anywhere** / **nowhere** to go in the evenings.
4 He couldn't find his keys **nowhere** / **anywhere**.
5 We didn't know **someone** / **anyone** at the party.
6 Daniel has **something** / **anything** to tell you.
7 I phoned twice, but **anybody** / **nobody** answered.
8 We need to find **somewhere** / **anywhere** to stay in Dublin.
9 Listen! I think **somebody** / **anybody** is upstairs.

Тема занятия: design.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Read this email and correct ten mistakes. There is one mistake in each line.

Dear Ray

I write about the attachment you sent with the two desines. I really like the first one which is made of wood. lt looks like very stylish but not very functional the second might to be better because it's easy to use but it isn't very inovative. How about combining the appearance of first and the practicality of the second? Please sending me your new design by thursday.

Natalie.

2. Translate the corrected email in Exercise 1 into your language.

3. Read the article and correct these statements.

- Fashions and trends change at different speeds according to the research.
- We think that a few of our decisions about fashion are made independently.
- Few celebrities influence us and are copied by us.
- The speed at which Americans buy albums changes a lot.
- None of the things tested for their popularity changed at a steady rate.

FASHIONS CHANGE, BUT CHANGE IS ALWAYS THE FASHION



Fashions change at a steady rate, new research suggests. They are driven by a minority of innovators with many people copying each other. These are the conclusions of university researchers from the UK and USA.

The research also challenges the belief that a lot of our fashion choices are independent, rational decisions. It shows we generally copy others when it comes to popular culture.

The researchers say innovation is what actually drives fashion change. 'Innovators are the cool ones who "pump" new fashions into our world,' Dr Bentley of Durham University explains. 'Most are ignored, but some get copied.'

Plenty of celebrities, for example, get copied. Dr Bentley also points out that we are not necessarily looking out for the latest fashion but we need regular change.

Similar results to those of Dr Bentley were found in the US when academics looked at the Billboard Top 200 chart and found that it turned over at a constant average rate for 30 years, from the 1950s to the 1980s. The number of albums entering and exiting the chart varied from day to day and month to month, but overall the average change was 5.6 percent per month for the full 30-year period. They discovered similar consistency in the fashions for baby names and dog breeds.

They looked at the popularity of music, baby names and types of dogs and found that their popularity changes at a steady rate, regardless of population size.

Тема 7. Life in a big city. Grammar: comparative adjectives and adverbs, superlatives, quantifiers (too, not enough)

Тема занятия: comparative adjectives and adverbs, superlatives.

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1. Complete the sentences with the superlative of an adjective from the box.

Bad – exciting – far – friendly – good – safe – ugly – wet

1. The traffic is awful in the town centre. **The best** (example) way to travel around is by underground.
2 It rains a lot here in the Spring. The _____ month is April .
3 The _____ I've ever driven is from London to Edinburgh. It took me eight hours.
4 It was the _____ hotel I've ever stayed in. The service was awful, so we only spent one night there.
5 The _____ buildings are in the new town . They really aren't nice to look at.
6 The streets are very dangerous at night. The _____ place to be is in the hotel.
7 The _____ part of our tour was in Rio de Janeiro. We saw the first day of the carnival.
8 The _____ city I've ever visited is Vancouver. I found the people very helpful.

2. Circle the correct word.

1 That hotel has the **dirtier** / **dirtiest** rooms I have ever seen.
2 It's **the most interesting** / **more interesting** museum in Edinburgh.
3 This is the **more expensive** / **most expensive** souvenir I've ever bought.
4 That restaurant serves the **better** / **best** pasta we've ever eaten.
5 The summer is the **busyest** / **busiest** time of year.

Тема занятия: quantifiers (too, not enough)

Формы практических заданий: практикум.

Задания практикума.

1) Write in the missing words. The first letter is given.

- C_____ educations is when you have to go to school.
- You pay fees for p_____ education.
- H_____ education allows you to continue studying when you leave school.
- A child's first school is called p_____ school.
- C_____ assessment ls a technique for monitoring a student's progress over a long period.
- Children are aged between I1-l6 at s_____ school in the UK.
- N_____ or kindergarten is where children go before they start school.

2) Translate 1-7 in Exercise 1 into the equivalent terms for education in your country.

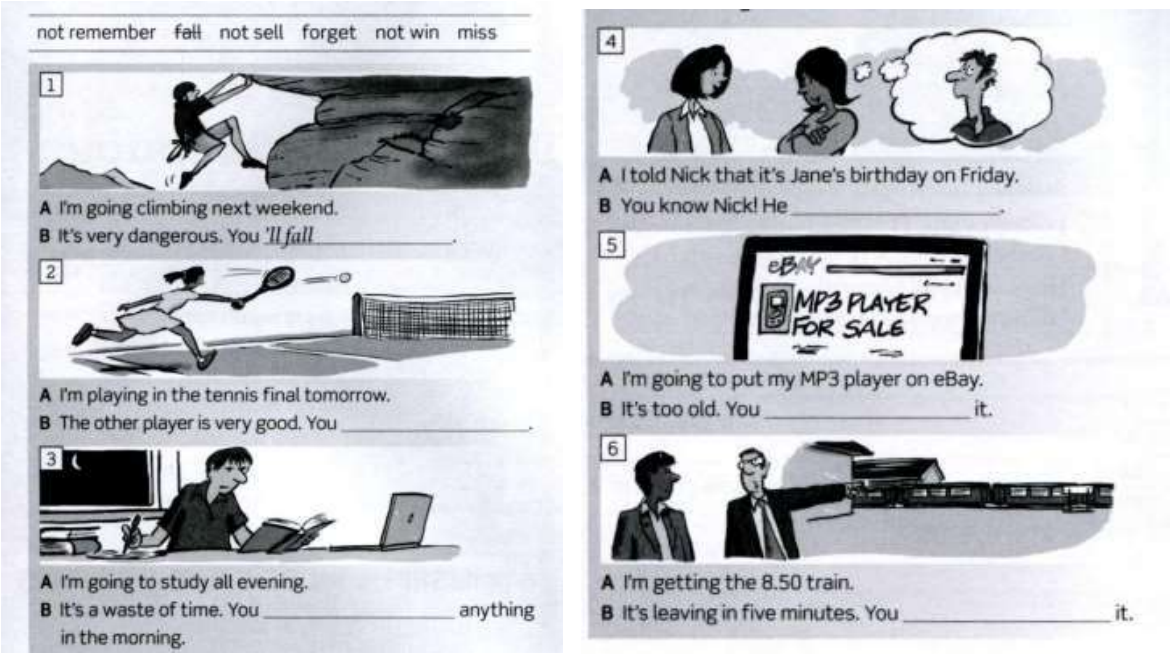
Тема 8. Pessimists and optimists. The meaning of dreaming. Grammar: will /won't (predictions), will / won't (decisions, offers, promises)

Тема занятия: will /won't (predictions); will / won't (decisions, offers, promises)

Формы практических заданий: практикум.

Задание практикума.

1. **Complete the dialogues with will / won't and a verb from the list. Use contractions.**



2. Write sentences using the pictures and prompts . Use Shall I / I'll / I won't.



Example: 1. call / you tomorrow. – **I'll call you tomorrow**

2. lend / you some money?
3. have / the chicken
4. take / your coat?
5. turn off / air conditioning?
6. not / be late

П.2.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Тема 1. Appearance and personality. Grammar: word order in questions, present simple and present continuous.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе
Тема 2. Tourism. Grammar: past simple (regular and irregular verbs).	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе
Тема 3. The story behind the photo. Grammar: past continuous, time sequencers and connectors.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе
Тема 4. Plans and dreams. Grammar: future forms.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка доклада
Модуль 2	
Тема 5. Parents and teenagers. Grammar: present perfect.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе
Тема 6. Fashion and shopping. Grammar:	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
something, anything, nothing.	Подготовка эссе
Тема 7. Life in a big city. Grammar: comparative adjectives and adverbs, superlatives, quantifiers (too, not enough)	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе
Тема 8. Pessimists and optimists. The meaning of dreaming. Grammar: will /won't (predictions), will / won't (decisions, offers, promises)	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка эссе

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Теме 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 1:

1. Do you believe two personality types (extroverts and introverts) are useful for describing personality?
2. What role does the charisma play in your life?
3. Is charisma the most important quality to possess if you want to be successful in your career?
4. What clothes do you usually wear ... ?

• at work / university/ school
• when you go out at night
• when you want to relax at the weekend

Перечень тем эссе к Теме 1:

1. Are men or women better at listening?
2. Are men or women better at taking decisions?
3. Are men or women more inspiring?
4. Are men or women better at getting the best out of people?
5. Are men or women better organisers?

Задания для самостоятельной работы к Теме 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2:

1. Why is travelling important?
2. What's the difference between a tourist and a traveler?
3. What's an "armchair traveler"?
4. What are travel tips for visitors to your country?
5. What might travel change or develop in the future? Do you agree travel is no longer necessary?

Перечень тем эссе к Теме 2:

1. Virtual tourism is the best way of travelling
2. Educational trips really broaden horizons.
3. A famous explorer and his/her achievements.

Задания для самостоятельной работы к Теме 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 3:

1. Do you have a photo you really like? Who took it? What was happening at the time?
2. Do you upload photos onto internet sites? What was the last photo you uploaded?

3. Do you have a photo as the screen saver on your computer or phone? What is it of?
4. Do you have a favourite photo of yourself as a child? Who took it? What was happening when they
5. Do you know any other famous historical photos? Who or what are they of?

Перечень тем эссе к Теме 3:

1. Description of a favourite photo / picture.

Задания для самостоятельной работы к Теме 4

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 4:

1. What is your biggest dream in life?
2. How did you choose your dream?
3. What steps have you taken to reach your dream?
4. Who or what inspires you to achieve your dream?
5. Do you think your dream will change as you grow older?
6. How do you stay motivated to pursue your dreams?
7. Are your dreams realistic or fantastical?

Задание на подготовку эссе к Теме 4:

1. Describe a dream job you aspire to have.
2. Describe a place you wish to visit.
3. Describe a personal goal you wish to achieve.

Задания для самостоятельной работы к Теме 5

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 5:

1. Do you often quarrel with your parents?
2. Do you have much in common with your parents?
3. Do you always understand your parents? Do they understand you? What are the reasons of misunderstanding?
4. Do your parents help you to solve your problems?

Перечень тем эссе к Теме 5:

1. There is always some sense in parents'words. Agree or disagree with the statement.
2. The best way to solve problems with parents is to talk peacefully. Agree or disagree with the statement.
3. The best tactics is not to contradict the parents. Agree or disagree with the statement.

Задания для самостоятельной работы к Теме 6

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 6:

1. What are the three products you could not live without?
2. What products do you think designers will develop in the next ten years?
3. What do you think is the best innovation of the 21^{st} century?
4. What are current trends in your country? How are they developing? Describe one of them.
5. Which old-fashioned trends you think should return?
6. What does the fashion term "tipping point" mean?
7. How cultures influence on fashion trends?
8. What are the trends in the music industry?

Перечень тем эссе к Теме 6:

1. Your favorite design.
2. What would you like to design/re-design if you had skills?

3. History of design.
4. A recent trend in our country.
5. Teacher who encouraged you to work the hardest.

Задания для самостоятельной работы к Теме 7

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 7:

1. Do you live in the city or the countryside?
2. Is it good for young people to grow up in the city?
3. Is your city a good place for young people to grow up?
4. Do you often go to restaurants to eat?
5. What's the best thing about living in the city?
6. What are the disadvantages of city life?
7. Do you think that cities will become more or less liveable in the future?
8. How can we make cities more liveable?
9. What problems do big cities have?

Перечень тем эссе к Теме 7:

1. Life in a big city or a town: what would you prefer?

Задания для самостоятельной работы к Теме 8

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 8:

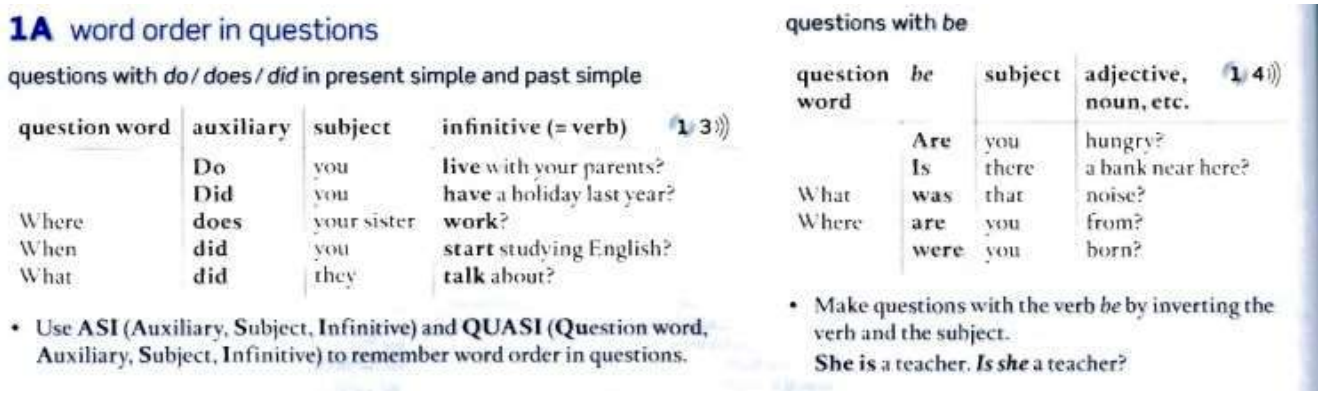
1. How often do you think about the future? Do you have more positive or negative expectations with it?
2. Are you more of an optimist, pessimist or realist? Would you like to change it?
3. Do you like having optimist friends or do you find them annoying?
4. Think of a situation where optimism can save you.
5. When was the last time you wished you were more optimist/pessimist?

Перечень тем эссе к Теме 8:

1. A film/DVD/computer game/novel review in which the main character is the pessimist orthe optimist.

П.2.4. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

Тема 1. Appearance and personality. Grammar: word order in questions, present simple and present continuous.



1A word order in questions

questions with *do / does / did* in present simple and past simple

question word	auxiliary	subject	infinitive (= verb) 1 3
	Do	you	**live** with your parents?
	Did	you	**have** a holiday last year?
Where	**does**	your sister	**work**?
When	**did**	you	**start** studying English?
What	**did**	they	**talk** about?

- Use **ASI** (**A**uxiliary, **S**ubject, **I**nfinitive) and **QUASI** (**Q**uestion word, **A**uxiliary, **S**ubject, **I**nfinitive) to remember word order in questions.

questions with *be*

question word	*be*	subject	adjective, noun, etc. 1 4
	Are	you	hungry?
	Is	there	a bank near here?
What	**was**	that	noise?
Where	**are**	you	from?
	were	you	born?

- Make questions with the verb *be* by inverting the verb and the subject.
  She is a teacher. ***Is she*** a teacher?

1B present simple

	I / you / we / they	*he / she / it*
+	I usually **work** at home.	Holly **knows** me very well.
−	They **don't live** near here.	It **doesn't** often **rain** here.
?	**Do** you **speak** French?	**Does** Alice **like** jazz?
✓✗	Yes, I **do**. / No, I **don't**.	Yes, she **does**. / No, she **doesn't**.

1 12

- Use the present simple for things you do every day / week / year, or for things which are generally true or always happen.
- Use *don't/doesn't* to make negative sentences, and *do/does* to make questions.

spelling rules for the 3rd person -s (*he, she, it*)

infinitive	3rd person	spelling
work	works	add -s
study	studies	consonant + *y* > *ies*
finish	finishes	add -*es* after *ch, ce, ge, sh,*
go / do	goes / does	add -*es*
have	has	change to -s

adverbs and expressions of frequency

1 We **often** go out on Friday night. 1 13
She doesn't **usually** study at weekends.
I'm **never** ill.
He's **always** late for work.
2 She gets up early **every day**.
We have English classes **twice a week**.

1 We often use the present simple with adverbs of frequency (*always, usually, often, sometimes, hardly ever, never*).
- Adverbs of frequency go before the main verb.
- Adverbs of frequency go after *be*.
*She's **never** ill.* **NOT** *She's ill never.*
- Remember to use a + verb with *never*.
It never rains. **NOT** *It doesn't never rain.*

2 Expressions of frequency (*every day, once a week,* etc.) usually go at the end of a sentence.

1C present continuous: *be* + verb + *-ing*

1 A What **are you doing**? 1 22
B **I'm sending** a message to Sarah.
2 My brother **is doing** a two-month course in the UK.
3 In this picture the woman **is standing** near the window.

- Use the present continuous:
1 for things that are happening now, at this moment.
2 for temporary things that are happening now, this week, etc.
3 to describe a picture.

	I	you / we / they		he / she / it	
+	I'm working	You / We / They	're working	He / She / It	's working
−	I'm not working		aren't working		isn't working
?✓✗	Are you working?	Yes, I am. / No, I'm not.			
	Is he working?	Yes, he is. / No, he isn't.			

spelling rules for the *-ing* form

infinitive	*-ing* form	spelling
cook	cooking	add *-ing*
study	studying	
live	living	cut the final *e* and add *-ing*
run	running	double the final consonant and add *-ing*

present simple or present continuous?

A What **do you do**? B **I work** for Microsoft. 1 23
A What **are you doing**? B **I'm checking** my emails.

- Use the present simple for things that are generally true or always happen.
- Use the present continuous for an action happening now or at this moment.
- We normally use verbs which describe states or feelings (non-action verbs), e.g. *want, need, like,* in the present simple, not continuous.

Тема 2. Tourism. Grammar: past simple (regular and irregular verbs).

2A past simple: regular and irregular verbs

	regular	irregular
+	I **stayed** with friends.	We **went** to Brazil on holiday.
−	I **didn't stay** in a hotel.	We **didn't go** to São Paolo.
?	**Did** you **stay** for the weekend?	**Did** you **go** to Rio?
✓✗	Yes, I **did**.	No, we **didn't**.
Wh?	Where **did** you **stay**?	Why **did** you **go** there?

1 36

- Use the past simple to talk about finished actions in the past.
- The form of the past simple is the same for all persons.
- To make the past simple + of regular verbs add *-ed*. See the spelling rules in the chart.
- Many common verbs are irregular in the + past simple, e.g. *go* > ***went***, *see* > ***saw***. See **Irregular verbs** *p.164*.
- Use the infinitive after *didn't* for negatives and *Did...?* for questions.
- Use **ASI** and **QUASI** to remember word order in questions.

spelling rules for regular verbs

infinitive	past	spelling
work	worked	add *-ed*
stay	stayed	
like	liked	add *-d* if verb finishes in *e*
study	studied	*y* > *ied* after a consonant
stop	stopped	if verb finishes in consonant–vowel–consonant, double the final consonant

Тема 3. The story behind the photo. Grammar: past continuous, time sequencers and connectors.

2B past continuous: *was / were + verb + -ing*

At 8.45 last Saturday I **was working** in my office. 1 39
I **wasn't doing** anything important.
My friends **were having** breakfast. They **weren't working**.
A **Was** it **raining** when you got up? B No, **it wasn't**.
A What **were** you **doing** at 11 o'clock last night? B I **was watching** TV.

+	I / He / She / It	**was working**	You / We / They	**were working**
−	I / He / She / It	**wasn't working**	You / We / They	**weren't working**

? ✓ ✗	**Was** he **working**?	**Yes**, he **was**. / **No**, he **wasn't**.
	Were they **working**?	**Yes**, they **were**. / **No**, they **weren't**.

- Use the past continuous to describe an action in progress at a specific moment in the past.
- We often use the past continuous to describe the situation at the beginning of a story or narrative.

past simple or past continuous?

I **was working** in my office when the boss **walked in**. 1 40
I **was having** lunch when my sister **arrived**.

- Use the past simple for a completed action in the past.
- Use the past continuous for an action in progress before or at the time of the past simple action.

2C time sequencers

On our first date we went to the cinema. **After that** we started meeting every day. 1 46
On Thursday I had an argument with my boss. **Next day** I decided to look for a new job.
We sat down to eat. **Two minutes later** the phone rang.
When I came out of the club he was waiting for me.
The accident happened **when** I was crossing the road.

- We use time sequencers to say when or in what order things happen.
- We use *when* as a time sequencer and also to join two actions.
  I ***was watching*** TV ***when*** the phone ***rang***. (two verbs joined by *when*)

> ***then, after that***
> The most common way of linking consecutive actions is with *then* or *after that*, but **NOT** with *after*, e.g. *I got up and got dressed.* ***Then / After that*** *I made a cup of coffee.* **NOT** *After I made a cup of coffee.*

connectors: *because, so, but, although*

because and *so*

She was driving fast **because** she was in a hurry. (reason) 1 47
She was in a hurry, **so** she was driving fast. (result)

- Use *because* to express a reason.
- Use *so* to express a result.

but and *although*

She tried to stop the car, **but** she hit the man. 1 48
Although she tried to stop the car, she hit the man.
She was very tired, **but** she couldn't sleep.
She couldn't sleep, **although** she was very tired.

- Use *but* and *although* to show a contrast.
- *Although* can go at the beginning or in the middle of a sentence.

Тема 4. Plans and dreams. Grammar: future forms.

3A *be going to*

1 I'**m going to** work for an NGO. 1 57
He'**s going to** meet me at the airport.
2 I'm sure England **are going to lose** tomorrow.
It'**s going to** rain tonight.

	I		you / we / they		he / she / it		
+	**I'm going to**	You We They	**'re going to**	He She It	**'s going to**	work for an NGO.
−	**I'm not going to**	You We They	**aren't going to**	He She It	**isn't going to**	work for an NGO.

?	✓ ✗
Are you **going to** work for an NGO? **Is** he **going to** work for an NGO?	**Yes**, I **am**. / **No**, I'm **not**. Yes, he **is**. / **No**, he **isn't**.

1 Use *be going to* + infinitive to talk about future plans or intentions.
2 We use *be going to* + infinitive to make a prediction when we know or can see that something is going to happen.
It's winter there so it's ***going to be*** *cold.*
Look at that car! It's ***going to crash****.*

3B present continuous (future arrangements)

[+] I'm seeing a friend tonight. 1 64
She's arriving at lunchtime.
[-] She isn't leaving until Friday.
They aren't coming to the party.
[?] What are you doing this evening?
Is she meeting us at the restaurant?

- We often use the present continuous with a future meaning, especially for future arrangements, i.e. for plans we have made at a fixed time or place in the future. Don't use the present simple for this. **NOT** ~~*I see some friends tonight.*~~

be going to or present continuous?
We can often use either with no difference in meaning, e.g. ***I'm going to see*** *Anna on Tuesday.* **OR** ***I'm seeing*** *Anna on Tuesday.*
It's very common to use the present continuous with the expressions *tonight, tomorrow, this weekend*, etc. and with verbs describing travel arrangements, e.g. *go, come, leave, arrive.*
I'm leaving *on Monday* is more common than ***I'm going to leave*** *on Monday.*

3C defining relative clauses with *who, which, where*

A cook is a person **who** makes food. 2 5
That's the woman **who** won the lottery last year.
A clock is something **which** tells the time.
Is that the book **which** everybody's reading?
A post office is a place **where** you can buy stamps.
That's the restaurant **where** I had dinner last week.



- Use defining relative clauses to explain what a person, thing or place is or does.
- Use *who* for a person, *which* for a thing and *where* for a place.

that
You can use *that* instead of *who* or *which*.
She's the girl **who** / **that** *works with my brother.*
It's a thing **which** / **that** *connects two computers.*

Тема 5. Parents and teenagers. Grammar: present perfect.

4A present perfect

I've **finished** my homework. 2 16
She's **cleaned** the kitchen.
He **hasn't done** the washing up.
A **Has she turned off** her phone? B No, **she hasn't**.

- We often use the present perfect to talk about the recent past, not saying exactly when things happened.
- We often use the present perfect to give news.
Mary's ***had*** *her baby! A parcel* ***has arrived*** *for you.*

full form	contraction	negative	past participle
I **have**	I've	I **haven't**	
You **have**	You've	You **haven't**	
He / She / It **has**	He / She / It's	He / She / It **hasn't**	**finished** the exercise.
We **have**	We've	We **haven't**	
They **have**	They've	They **haven't**	

Have you **finished** the exercise? Yes, I **have**. / No, I **haven't**.
Has he **done** the homework? Yes, he **has**. / No, he **hasn't**.

- For regular verbs the past participle is the same as the past simple (+ *-ed*). For irregular verbs the past participle is sometimes the same as the past simple (e.g. *buy, bought, bought*) and sometimes different (e.g. *do, did, done*). See **Irregular verbs** *p.164.*

yet, just, already

1 A Have you done your homework **yet**? 2 17
B No, not **yet**. I haven't finished **yet**.
2 My sister's **just** started a new job.
3 A Do you want to see this film?
B No, I've **already** seen it three times.

- We often use *yet, just* and *already* with the present perfect.
1 Use *yet* in [?] and [-] sentences to ask if something has happened or to say if it hasn't happened. Put *yet* at the end of the sentence.
2 Use *just* in [+] sentences to say that something happened very recently. Put *just* before the main verb.
3 Use *already* in [+] sentences to say that something happened before now or earlier than expected. Put *already* before the main verb.

4B present perfect or past simple? (1)

Have you ever been to a fancy dress party? 2 24
She's seen that film twice.
I've never met Nina's husband.

- We often use the present perfect to talk about past experiences in our lives when we don't specify a time.

> **been and gone**
> Compare the present perfect of *be* and *go*.
> *Mike has* ***been*** *to Paris.* = He went to Paris and came back.
> *Mike has* ***gone*** *to Paris.* = He's in Paris now.

present perfect or past simple?

A **Have you ever been** to Mexico? 2 25
B Yes, I **have**.
A When **did you go** there?
B **I went** last year.

A **Have you seen** his new film?
B Yes, I **have**.
A What **did you think** of it?
B **I loved** it.

- Conversations often begin in the present perfect (with a general question) and then change to the past simple to ask for or give specific details, e.g. *when, what, where, who with*, etc.

Тема 6. Fashion and shopping. Grammar: something, anything, nothing.

4C *something, anything, nothing*, etc.

people 2 34

[+] **Somebody / Someone** has taken my pen!
[-] I didn't speak to **anybody / anyone**.
[?] Did **anybody / anyone** phone?
[✗] No, **nobody / no one. Nobody / No one** phoned.

things

[+] I bought **something** for dinner.
[-] I didn't do **anything** at the weekend.
[?] Is there **anything** in the fridge?
[✗] No, **nothing**. There's **nothing** in the fridge.

places

[+] Let's go **somewhere** this weekend.
[-] We didn't go **anywhere** this summer.
[?] Is there **anywhere** to park?
[✗] No, **nowhere**. There's **nowhere** to park.

- Use *somebody / someone, something, somewhere* with a [+] verb when you don't say exactly who, what, or where.
- Use *anybody / anyone, anything, anywhere* in questions or with a [-] verb.
  I didn't *do* ***anything*** *last night.* **NOT** ~~*I didn't do nothing.*~~
- Use *nobody / no one, nothing, nowhere* in short answers or in sentences with a [+] verb.

Тема 7. Life in a big city. Grammar: comparative adjectives and adverbs, superlatives, quantifiers (too, not enough)

5A comparatives

1 My brother's **older than** me. 2 40
It's **more dangerous** to cycle **than** to drive.
2 People walk **more quickly than** in the past.
3 I'm **less relaxed** this year **than** I was last year.
4 The service in this restaurant isn't **as good as** it was.
She doesn't drive **as fast as** her brother.

- To compare two people, places, things or actions use:
  1 comparative adjectives.
  2 comparative adverbs (for actions).
  3 *less* + adjective or adverb.
  4 (*not*) *as* + adjective / adverb + *as*.

comparative adjectives: regular

adjective	comparative	
short	shorter	one syllable: add *-er*
big	bigger	one vowel + one consonant: double final consonant
busy	busier	consonant + *y*: *y*+*-ier*
relaxed	more relaxed	two or more syllables: *more* + adjective

comparative adjectives: irregular

adjective	comparative
good	better
bad	worse
far	further

comparative adverbs: regular

quickly	more quickly
slowly	more slowly

irregular

hard	harder
well	better
badly	worse

> **Comparatives with pronouns**
> After comparative + *than* or *as...as* we use an object pronoun (*me, her*, etc.) or a subject pronoun + auxiliary verb, e.g.
> *My brother's taller than* ***me****. My brother's taller than* ***I am****.*
> *He's not as intelligent as* ***her****. He's not as intelligent as* ***she is****.*

5B superlatives

1 It's **the dirtiest** city in Europe. 2 43
It's **the most popular** holiday destination in the world.
2 It's **the most beautiful** city **I've ever been to**.
It's **the best** film **I've seen** this year.

adjective	comparative	superlative
cold	colder	the coldest
hot	hotter	the hottest
pretty	prettier	the prettiest
beautiful	more beautiful	the most beautiful
good	better	the best
bad	worse	the worst
far	further	the furthest

1 Use *the* + superlative adjective to say which is the biggest, etc. in a group.
- After superlatives we use *in* + names of places or singular words for groups of people, e.g.
It's ***the noisiest*** *city* ***in*** *the world.*

2 We often use *the* + superlative adjective with the present perfect + *ever*.

5C quantifiers

too much, too many, too

1 I'm stressed. I have **too much** work. 2 52
He talks **too much**.
2 My diet is unhealthy. I eat **too many** cakes and sweets.
3 I don't want to go out. I'm **too** tired.

- Use *too much, too many, too* to say 'more than is good'.
1 Use *too much* + uncountable noun (e.g. *coffee, time*) or after a verb.
2 Use *too many* + countable noun (e.g. *cakes, people*).
3 Use *too* + adjective **NOT** ~~*I'm too much tired.*~~

enough

1 Do you eat **enough** vegetables? 2 53
I don't drink **enough** water.
2 She doesn't sleep **enough**.
3 My fridge isn't big **enough**.
I don't go to bed early **enough**.

1 Use *enough* before a noun to mean 'all that is necessary'.
2 Use *enough* after a verb with no object.
3 Use *enough* after an adjective or adverb.

Тема 8. Pessimists and optimists. The meaning of dreaming. Grammar: will /won't (predictions), will / won't (decisions, offers, promises)

6A will / won't (predictions)

A I'm seeing Jane at six. B **She'll be** late. 3 4
The film's in French. **We won't understand** anything.
It's a great book. I'm sure **you'll like** it.
I don't think **it'll rain** tomorrow.

+		-	
I / You / He / She / It / We / They	**'ll** be late.	I / You / He / She / It / We / They	**won't be** late.

Contractions: *'ll = will; won't = will not*

?			✓			✗		
Will	I / you / he / she / it / we / they	be late?	**Yes,**	I / you / he / she / it / we / they	**will.**	**No,**	I / you / he / she / it / we / they	**won't.**

- We often use *will / won't* + infinitive for future predictions, i.e. to say things we think, guess or know about the future.
- We often use *I think / I don't think* + *will*.
I think *he'll fail the exam.* ***I don't think*** *he'll pass the exam.* **NOT** ~~*I think he won't pass.*~~

be going to for predictions
We can also use *be going to* to predict something you know or can see is going to happen (see **3A**), e.g.
Look at the clouds. It's ***going to*** *rain.*
They're playing very well. I'm sure they're ***going to*** *win.*

6B will / won't (decisions, offers, promises)

decisions 3 11
I **won't stay** for dinner. I think **I'll go** home early.

offers
I'll help you with your homework. **Shall I open** the window?

promises
I'll always **love** you. I **won't tell** anybody.

- Use *will / won't* + infinitive for making decisions, offering and promising.
I'll help *you with those bags.* **NOT** ~~*I help you.*~~
- When an offer is a question, we use *Shall I...?* or *Shall we...?*
Shall I *pay?* ***Shall we*** *do the washing-up?*

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01. «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»

НАПРАВЛЕННОСТЬ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.
- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.
- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.
- Лекция-беседа – непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией, диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.
- Лекция-дискуссия – свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного

В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить для проведения лекции презентацию, которую можно органично интегрировать во все вышеупомянутые типы лекций в качестве формы визуальной поддержки.

В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов – это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса

лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. Кодификация русского литературного языка	
Тема 1.1. Языковая политика. Русский язык как государственный язык Российской Федерации.	Раскрываются понятия языковой политики государств, понятие родного языка, государственного языка, официального языка, русского языка как иностранного, понятие двуязычия: билингвы и инофоны на территории РФ. Понятие литературного языка. Разграничение понятий языка и диалекта
Тема 1.2. Функции языка в современном обществе. Место русского языка среди мировых языков	Определяются функции языка в современном мире: коммуникативная, конструктивная, познавательная, побудительная, идеологическая, металингвистическая, эстетическая. Раскрываются понятия мировых языков, рабочих языков ООН. Анализируется статус русского языка в мире.
Тема 1.3. Основные аспекты кодификации. Виды норм. Речевые нормы русского языка	Понятия кодификации и нормированности. Общие сведения о видах норм: об орфоэпических, орфографических, пунктуационных, грамматических (морфологических, синтаксических), речевых (лексических и стилистических).
Тема 1.4. Основные принципы русской орфографии. Орфографические нормы русского языка	Принципы русской орфографии (фонетический, морфологический, традиционный, дифференцирующий). Правила русского языка, определяющиеся данными принципами
Тема 1.5. Основные принципы русской пунктуации. Пунктуационные нормы русского языка	Принципы русской пунктуации (интонационный, смыслоразличительный//семантический, структурный). Правила русского языка, определяющиеся данными принципами
Тема 1.6. Грамматические нормы русского языка	Перечень основных грамматических ошибок. Правила русского языка, определяющие грамматические нормы
РАЗДЕЛ 2. Функциональные стили русского литературного языка	
Тема 2.1. Специфика функциональных стилей в русском языке. Языковые и жанровые особенности научного стиля	Раскрываются понятия публицистического, художественного, научного, официально-делового, а также разговорного стилей и их функциональных подстилей (разновидностей). Научный стиль. Жанры и структурные особенности отдельных жанров научного стиля

	(профессионально значимых для обучающихся конкретных факультетов – вариативный элемент).
Тема 2.2. Языковые и жанровые особенности официально-делового стиля	Официально-деловой стиль и его функциональные подстили (разновидностей). Жанры и структурные особенности отдельных жанров официально-делового стиля (профессионально значимых для обучающихся конкретных факультетов – вариативный элемент).
Тема 2.3. Языковые и жанровые особенности публицистического стиля	Публицистический стиль и его функциональные подстили (разновидностей). Жанры и структурные особенности отдельных жанров публицистического стиля (профессионально значимых для обучающихся конкретных факультетов – вариативный элемент).
Тема 2.4. Языковые особенности стиля художественной литературы. Выразительные средства русского языка	Стиль художественной литературы. Выразительные средства языка: лексические средства, тропы, синтаксические средства, приемы (фигуры речи).
Тема 2.5. Основные аспекты культуры речи. Ораторское мастерство и публичное выступление	Раскрываются понятия культуры речи и риторики, ораторской речи. Сопоставляются формы бытования языка (устная и письменная). Раскрываются качества хорошей речи, обосновываются критерии эффективного публичного выступления.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические занятия – одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических занятий:

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия – это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.
- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата – сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.
- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников – 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.
- Круглый стол – общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.
- Коллоквиум – (лат. colloquium – разговор, беседа) – одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

Вопросы для самоподготовки к практическим занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. Кодификация русского литературного языка

Вопросы для самоподготовки:

1. Язык как естественная и небиологическая система знаков.

2. Основные функции языка.
3. Основные аспекты языковой политики.
4. Формы взаимодействия языка и общества.
5. Признаки и свойства литературного языка.
6. Соотношение понятий родного и государственного языков
7. Соотношение понятий государственного и официального языков
8. Русский язык как рабочий язык ООН
9. Статус русского языка в БРИКС
10. Понятие Мировых языков
11. Нормативный аспект культуры речи.
12. Коммуникативный аспект культуры речи.
13. Этический аспект культуры речи.
14. Уровни языковой системы и соответствующие им нормы.
15. Орфоэпические и акцентологические нормы русского литературного языка.
16. Лексические и фразеологические нормы.
17. Словообразовательные и морфологические нормы.
18. Синтаксические и пунктуационные нормы.
19. Морфологический принцип русской орфографии и условия его реализации.
20. Фонетический принцип русской орфографии и условия его реализации.

РАЗДЕЛ 2. Функциональные стили русского литературного языка
Вопросы для самоподготовки:

1. Коммуникативный аспект культуры речи.
2. Функциональные стили и функциональные разновидности русского литературного языка как типовые коммуникативные ситуации.
3. Язык художественной литературы и литературный язык.
4. Особенности разговорной речи.
5. Научный стиль и терминология.
6. Официально-деловой стиль и виды документов.
7. Публицистический стиль
8. Риторика и культура речи
9. Ораторское мастерство и публичная речь

1.3. Учебно-наглядные пособия по темам дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. Кодификация русского литературного языка

Федеральный закон от 28 февраля 2023 г. N 52-ФЗ
"О внесении изменений в Федеральный закон "О государственном языке Российской Федерации"
Принят Государственной Думой 16 февраля 2023 года
Одобрен Советом Федерации 22 февраля 2023 года
Статья 1
Внести в Федеральный закон от 1 июня 2005 года N 53-ФЗ "О государственном языке Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2005, N 23, ст. 2199; 2013, N 27, ст. 3477; 2014, N 19, ст. 2306) следующие изменения:
1) в статье 1:

а) часть 1 дополнить словами "как язык государствообразующего народа, входящего в многонациональный союз равноправных народов Российской Федерации";
б) часть 2 изложить в следующей редакции:
"2. Использование русского языка обязательно в сферах, определенных настоящим Федеральным законом, другими федеральными законами, Законом Российской Федерации от 25 октября 1991 года N 1807-I "О языках народов Российской Федерации". Органы государственной власти Российской Федерации обеспечивают защиту и поддержку государственного языка Российской Федерации, а также право граждан Российской Федерации на пользование государственным языком Российской Федерации.";
в) часть 3 изложить в следующей редакции:
"3. При использовании русского языка как государственного языка Российской Федерации в сферах, определенных частью 1 статьи 3 настоящего Федерального закона, должны соблюдаться нормы современного русского литературного языка. Для целей настоящего Федерального закона под нормами современного русского литературного языка понимаются правила использования языковых средств, зафиксированные в нормативных словарях, справочниках и грамматиках. Порядок формирования и утверждения списка таких словарей, справочников и грамматик, требования к составлению и периодичности издания нормативных словарей, предусмотренных настоящей частью, утверждаются Правительством Российской Федерации на основании предложений Правительственной комиссии по русскому языку. Положение о Правительственной комиссии по русскому языку, ее состав и порядок принятия ею решений утверждаются Правительством Российской Федерации.";
г) часть 6 изложить в следующей редакции:
"6. При использовании русского языка как государственного языка Российской Федерации не допускается употребление слов и выражений, не соответствующих нормам современного русского литературного языка (в том числе нецензурной брани), за исключением иностранных слов, которые не имеют общеупотребительных аналогов в русском языке и перечень которых содержится в нормативных словарях, предусмотренных частью 3 настоящей статьи.";
2) в статье 3:
а) в части 1:
пункт 6 изложить в следующей редакции:
"6) во взаимоотношениях федеральных органов государственной власти, органов государственной власти субъектов Российской Федерации, иных государственных органов, органов местного самоуправления, а также в официальных взаимоотношениях и официальной переписке организаций всех форм собственности с гражданами Российской Федерации, иностранными гражданами, лицами без гражданства;";
пункт 8 изложить в следующей редакции:
"8) при оформлении документов, удостоверяющих личность гражданина Российской Федерации, за исключением случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации, изготовлении бланков свидетельств о государственной регистрации актов гражданского состояния, оформлении документов об образовании и (или) о квалификации установленного в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" образца, а также других документов, оформление которых в соответствии с законодательством Российской Федерации осуществляется на государственном языке Российской Федерации;";
дополнить пунктом 8.1 следующего содержания:

"8.1) при оформлении адресов отправителей и получателей телеграмм и почтовых отправлений, пересылаемых в пределах Российской Федерации, почтовых переводов денежных средств;";
дополнить пунктом 8.2 следующего содержания:
"8.2) в образовании с учетом особенностей, установленных законодательством Российской Федерации об образовании;";
дополнить пунктом 9.3 следующего содержания:
"9.3) в государственных и муниципальных информационных системах;";
дополнить пунктом 9.4 следующего содержания:
"9.4) в информации, предназначенной для потребителей товаров (работ, услуг);";
пункт 11 изложить в следующей редакции:
"11) в иных сферах, определенных законодательством Российской Федерации, предусматривающим использование русского языка как государственного языка Российской Федерации.";
б) часть 1.1 изложить в следующей редакции:
"1.1. В сферах, указанных в пунктах 8.2, 9, 9.1, 9.2, 9.3, 9.4 и 10 части 1 настоящей статьи, и в других предусмотренных федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации случаях государственный язык подлежит использованию с учетом особенностей осуществления деятельности в указанных сферах.";
в) в части 2 слова "быть идентичными по содержанию и техническому оформлению" заменить словами "быть идентичными по содержанию, равнозначными по размещению и техническому оформлению (иметь одинаковые параметры - цвет, тип и размер шрифта)";
3) в статье 4:
а) пункт 2 изложить в следующей редакции:
"2) разрабатывают и принимают федеральные законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации, разрабатывают и реализуют государственные программы Российской Федерации, направленные на защиту и поддержку государственного языка Российской Федерации;";
б) дополнить пунктом 3.1 следующего содержания:
"3.1) обеспечивают с привлечением специалистов, если это необходимо, и с использованием информационных технологий проведение лингвистической экспертизы и (или) редактирование текстов подготавливаемых проектов нормативных правовых актов в целях приведения их в соответствие с нормами современного русского литературного языка;";
в) дополнить пунктом 5.1 следующего содержания:
"5.1) обеспечивают гарантии свободного доступа граждан Российской Федерации к изучению русского языка, создают условия для изучения русского языка иностранными гражданами и лицами без гражданства на территории Российской Федерации и за ее пределами, а также оказывают поддержку соотечественникам, проживающим за рубежом, в получении и распространении информации, пользовании информацией на русском языке на территориях государств проживания соотечественников;";
г) пункт 6 изложить в следующей редакции:
"6) осуществляют государственную поддержку издания словарей, справочников и грамматик русского языка, создания информационных ресурсов, содержащих информацию о нормах современного русского литературного языка;";
4) часть 1 статьи 6 признать утратившей силу.
Статья 2

1. Настоящий Федеральный закон вступает в силу со дня его официального опубликования, за исключением подпункта "б" пункта 3 статьи 1 настоящего Федерального закона.
2. Подпункт "б" пункта 3 статьи 1 настоящего Федерального закона вступает в силу с 1 января 2025 года.

РАЗДЕЛ 2. Функциональные стили русского литературного языка



2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекционных, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к лекционному занятию заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;

− разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;

− систематизирует учебный материал;

− ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

− внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;

− ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к практическому занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения практического занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной

профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и

подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является

недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;
- знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- свободное владение терминологией;
- ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лекционных занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Дисциплина «Русский язык и культура речи»
2. **РАЗДЕЛ 1. Кодификация русского литературного языка**

Тема лекционного занятия. Русский язык как государственный язык Российской Федерации. Языковая политика. Происхождение и функции языка в современном обществе

3. Цели занятия: сформировать представление о возникновении и становлении человеческого языка как эволюционного преимущества, дать развернутое определение языку как естественной и небиологической системе знаков, сформировать представление об основных функциях языка в современном обществе, обозначить этапы культурного развития языка.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Причины возникновения человеческого языка. Различные гипотезы.	Опрос, оценка знаний студентов
2.	Языка как естественная и небиологическая система знаков. Искусственные знаковые системы. Коммуникация между животными. Языковые знаки. Системность языка.	Опрос, оценка знаний студентов
3.	Социальная природа языка. Основные функции языка в современном обществе: коммуникативно-номинативная, познавательная, эстетическая, фатическая и пр.	Опрос, оценка знаний студентов
4.	Язык и культура. Этапы культурного развития языка. Устный этап. Возникновение письменности. Виды письменности. Формирование национального литературного языка. Языки межнационального общения.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Сегодня мы обсудим причины возникновения человеческого языка как знаковой системы, его отличие от искусственных знаковых системы, функции языка в современном обществе и этапы его развития.

Вопрос 1: Как вы считаете, почему возник язык?

Люди живут в обществе. Общественный характер бытия, трудовой и познавательной деятельности человека предполагает постоянное общение индивидов между собой. Таким образом, история человечества совершается в общении, а основной его формой является общение посредством знаков языка. Без языка не может быть общения, а без общения

невозможно существование общества. Язык – достояние коллектива, он осуществляет общение членов коллектива между собой и позволяет сообщать и хранить нужную информацию о любых явлениях материальной и духовной жизни человека. Для того, чтобы быть понятым, каждый человек должен использовать те средства выражения мысли, которые приняты в данном обществе. И язык как коллективное достояние складывается и существует веками. Язык и мышление возникли исторически одновременно в процессе трудового развития человека. Язык и мышление образуют единство, так как без мышления не может быть языка и мышление без языка невозможно. Мышление развивается и обновляется гораздо быстрее, чем язык, но не выраженная языком мысль – это не та ясная отчетливая мысль, которая помогает человеку постигать явления действительности, развивать и совершенствовать науку, это, скорее, некое предвидение, это не знание в точном смысле этого слова. Итак, язык, являясь основным средством общения, становится также и важнейшим инструментом познания.

Человек всегда может использовать готовый материал языка (слова, предложения) для обозначения не только уже известного, но и нового. Язык может находить средства выражения для новых мыслей и понятий. Называя какой-либо новый предмет или понятие новым словом и вводя это слово в язык, мы как бы даем всем членам языкового коллектива представление о предмете.

2. Язык – это естественная (то есть не придуманная) и не врожденная (не биологическая) знаковая система. Искусственные (придуманные) языки создаются человеком для экономной и точной передачи специальной информации (цифры, ноты, топографические и дорожные знаки, языки программирования). К биологическим системам относятся языки животных. Для понимания природы человека особенно существенны отличия языка и общения людей от языков и коммуникативной деятельности животных. Основные различия таковы:

Языковое общение людей незначимо в биологическом отношении. Эволюция не создала специального органа речи, и для произнесения звуков используются органы обоняния, вкуса, дыхания, пищеварения. Знаки языка не имеют биологической мотивации, в противном случае речь была бы, во-первых, одинакова у всех людей как у принадлежащих к одному биологическому виду, во-вторых, содержание речи не могло бы выйти за пределы информации о биологическом состоянии особи (междометия).

Языковое общение людей, в отличие от коммуникации животных, тесно связано с познавательными процессами. Отдельный звук-сообщение животного возникает как реакция особи на случившееся событие и как стимул к аналогичной реакции у других особей. В стае обезьян звук опасности будет одним и тем же на змею, черепаху, шорох в кустах и пр.

Языковое общение людей, в отличие от коммуникативного поведения животных, характеризуется исключительным богатством содержания. Ограничений нет. Вечное и сиюминутное, общее и индивидуальное, абстрактное и конкретное, рациональное и эмоционально, приказ и просьба – все виды содержания доступны языку. Общение животных – это, прежде всего, информация о происходящем только с участниками коммуникации и только во время коммуникации.

Человеческая речь членораздельна, то есть крупные сложные единицы делятся на более мелкие, простые – текст состоит из предложений, предложения из слов, слова из морфем, морфемы из звуков. В биологических языках такого деления нет, звуки, издаваемые животными, нельзя разложить на более простые. Развитие членораздельной речи позволяет перейти к

графическому языку, к построению звуко-буквенных соответствий, когда определенному звучанию соответствует определенное графическое изображение на письме.
Основные функции языка:
Коммуникативно-номинативная – способность осуществлять общение путем называния предметов, признаков, явлений, состояний, действий и пр.
Познавательная – язык как компонент сознания человека участвует в формировании понятий, представлений, суждений и осуществлении различных мыслительных операций (сравнение, анализ, дедукций и пр.), а также язык формирует, сохраняет и передает знания.
Регулятивная – с помощью языка говорящий может регулировать поведение адресата речи (приказывать или просить, запрещать, спрашивать и пр.)
Эмоционально-экспрессивная – с помощью языка могут быть выражены эмоции (интонация, междометия, экспрессивная лексика).
Фатическая – с помощью языка устанавливается и поддерживается контакт между людьми. Способы установления контакта достаточно стандартны – приветствия и обращения, общепринятые конструкции для начала и окончания разговора, поздравления и пр.
Эстетическая – явления языка могут оцениваться как прекрасные или безобразные; оценивается не смысл, не содержание, а сам текст, слово, оборот; именно эстетическая функция, реализуясь прежде всего в произведениях художественной литературы, в поэзии, заставляет нас неоднократно перечитывать любимые произведения.
Магическая – возможность общения с высшими силами; реализуется в различных заменах или запретах, заговорах, молитвах, присягах, священных текстах разных религий, так как считается, что они внушены или продиктованы некими высшими силами. На магической функции языка основывается представление о том, что слово не условное обозначение некоего предмета, а его часть, то есть используя название, можно влиять и на называемый объект; выбирая имя ребенку, можно влиять на его судьбу и пр.

Вопрос 2: Как вы считаете, каким образом реализуется в настоящее время регулятивная функция языка?

Развиваясь вместе с обществом, язык проходит разные этапы. Первый этап – появление устного языка. В настоящее время достаточно много так называемых бесписьменных языков, которые, тем не менее, с успехом выполняют все основные функции. На этом этапе формируется основной лексический состав, складывается грамматика и фразеология.

Вопрос 3: Как вы считаете, когда возникает необходимость в создании письменности? С каким этапом развития общества это связано?

Возникновение письменного языка напрямую связано с возникновением государства. Управление большими территориями требует более долговечной фиксации, чем устная речь. С появлением первого государства появляется и первая письменность – иероглифическая. Иероглифическая письменность возникает из картинок – она отражает понятие, но не звучание

слова. Иероглифика крайне затратна – обучение такой грамоте требует многих лет, поэтому общество не может выделить достаточно ресурсов, чтобы все умели читать и писать.
Соответственно, ни о каком развитии литературы говорить не приходится.
Принципиально новый подход к письменности реализовали финикийцы, а потом и греки. Вместо изображения понятия стали изображать звук речи. Это резко уменьшило количество письменных знаков – от нескольких тысяч до тридцати-сорока. Обучение грамоте существенно упростилось. В условиях распространения грамотности стала развиваться литература, появились библиотеки. Самые крупные библиотеки античности – в Александрии, Пергаме и Эфесе. Представители разных народов говорили на разных языках, а для письма использовали либо латинский, либо древнегреческий. В этот период язык никак не связывается с национальностью – это происходит значительно позже – в период формирования национальных государств.

Вопрос 4: Кто помнит, когда начинают формироваться первые национальные государстве и первые национальные литературные языки?

Национальные литературные языки возникают с развитием книгопечатания. Только в этот период начинают постепенно складываться литературная норма, в том числе норма орфографическая.

Последний этап культурного развития языка – формирование языка межкультурного общения. Отличительной чертой этого этапа является широкое использование средств массовой информации – газет и журналов, радио и телевидения, Интернета.
Взаимодействие с аудиторией. Вопросы к обсуждению:
Как реализуется познавательная функция языка?
На основании каких представлений возникла идея о магической функции языка?
Каким образом устроена коммуникация между животными и человеком?
Какие иероглифические системы письменности существуют до сих пор?
Когда сформировался русский литературный язык?
Какие языки и почему стали языками межкультурного общения?
В чем заключается системность языка?

КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
1. Дисциплина «Русский язык и культура речи»
2. **РАЗДЕЛ 2. Функциональные стили русского литературного языка**
Тема лекционного занятия. Функциональные стили и функциональные разновидности русского литературного языка.
3. Цели занятия: сформировать представление о различии между функциональными стилями и функциональными разновидностями, дать определение типовым коммуникативным ситуациям, сформировать основные признаки и условия реализации функциональных стилей.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Функционально-стилистическая система русского литературного языка как набор типовых коммуникативных ситуаций.	Опрос, оценка знаний студентов
2.	Функциональные стили и функциональные разновидности – принципиальная разница по основным параметрам	Опрос, оценка знаний студентов
3.	Функциональные стили русского литературного языка: разговорная речь и язык художественной литературы. Основные признаки и условия реализации.	Опрос, оценка знаний студентов
4.	Функциональные стили русского литературного языка: деловой, научный, публицистический. Их отличительные признаки и условия реализации. Трансформационные процессы в функционально-стилистической системе русского литературного языка.	Опрос, оценка знаний студентов

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Рассматривая коммуникативный аспект культуры речи, мы признали, что речь является качественной не только тогда, когда в ней отсутствуют нарушения различных норм (речевые ошибки), но и в том случае, если особенности речи соответствуют той коммуникативной ситуации, в которой она реализуется. Было бы довольно сложно каждый раз самостоятельно проводить оценку коммуникативной ситуации, чтобы подобрать наиболее адекватные средства выражения. Поэтому в любом развитом языке складывается система функциональных стилей, предназначенная для обслуживания типовых коммуникативных ситуаций.

Вопрос 1: Как вы считаете, какие типовые коммуникативные ситуации существуют в настоящее время?

Ни для кого не секрет, что в разных ситуациях мы говорим по-разному. Человек, желающий, чтобы его поняли, отбирает из всего многообразия языковых средств те, которые более всего соответствуют выполнению поставленной коммуникативной задачи. Конечно, выбор языковых средст во многом определяется уровнем речевой компетенции, социальными, интеллектуальными и иными особенностями, однако существуют определенные общие закономерности, которые позволяют в типовых ситуациях общения отбирать соответствующие языковые средства. Для любого носителя языка понятно, что, отчитываясь о проделанной работе перед начальством, он будет выбирать иные формы, чем говоря о том же самом в кругу друзей или в семье. Особенности языка, обусловленные типовой ситуацией общения, формируют функциональные разновидностями и функциональные стили. Функциональные разновидности и стили языка обуславливают его гибкость, многообразие возможностей выражения, варьирование мысли. Благодаря им язык оказывается способным выразить сложную научную мысль, философскую мудрость, начертать законы, дать указания, отобразить

в эпопее многоплановую жизнь народа и в стихотворении – тончайшие оттенки человеческих эмоций.

Какие же существуют функциональные разновидности языка и какие требования с точки зрения культуры речи к ним следует предъявлять? Долгое время разные сферы общения понимались как разные стили языка, соответственно выделялись разговорный стиль, стиль художественный литературы, научный стиль и пр. В последнее время пришли к выводу, что различия между сферами общения таковы, что использовать по отношению к ним одно общее понятие «стиль» нецелесообразно. Поэтому вводится понятие «функциональная разновидность языка».

Функциональные разновидности и стили речи выполняют различные функции, обслуживая различные ситуации общения. Понято, что различия между отдельными стилями весьма существенны. Так, научная речь нуждается в точных понятиях, деловая тяготеет к обобщенным названиям, художественная предпочитает изобразительность, образность. Однако стиль – это не только способ или манера изложения. За каждым стилем закреплен и свой круг тем, свое содержание. Разговорный стиль, как правило, ограничивается обиходными, бытовыми сюжетами, официально-деловая речь обслуживает суд, право, дипломатию, газетно-публицистическая речь тесно связана с политикой, пропагандой, общественным мнением, рекламой. Итак, каждый стиль, во-первых, отражает определенную сторону общественной жизни, имеет особую сферу применения, свой круг тем, во-вторых, каждый стиль характеризуется определенными условиями общения – официальными, неофициальными, непринужденными; в-третьих, каждый стиль имеет общую установку, главную задачу речи.
Важно различать «литературный язык» и «язык художественной литературы», хотя эти понятия тесно связаны. Литературная речь – это речь подчеркнуто правильная, речь, в которой соблюдены все нормы, речь, богатая по форме и по содержанию. Язык художественной литературы – своеобразное зеркало литературного языка. Богата литература – богат и литературный язык. Не случайно создателями национальных литературных языков становятся великие поэты, писатели, например, Данте в Италии, Пушкин в России. Великие поэты создают новые формы литературного языка, которыми затем пользуются их последователи и все говорящие и пишущие на этом языке. Истинно художественная речь предстает как вершинное достижение языка, в ней возможности национального языка представлены в наиболее полном развитии.

Язык художественной литературы принципиально ничем не ограничен, для него не существует тех ограничений, которые, например, рекомендуют употреблять какое-либо слово только в одном стиле (научном, официально-деловом) и запрещают употреблять его в других. Язык художественной литературы может использовать языковые средства всех остальных разновидностей языка, в языке художественной литературы может быть использовано любое языковое средство (слово, грамматическая конструкция, тип предложения). Важным будет не само слово, а та эстетическая функция, которую оно выполняет. В этом принципиальное отличие языка художественной литературы от других функциональных разновидностей – в нем реализуется эстетическая функция, функция эмоционально-образного воздействия на читателя или слушателя, и для языка художественной литературы это является важнейшим. Например, разговорная речь во многом противопоставлена литературному языку, однако в языке художественной литературы она широко используется для характеристики персонажей, для придания повествованию живости, убедительности. Так же в зависимости от задач автора, от

сюжета повествования могут быть использованы в языке художественной литературы научные термины, официальные документы и пр.

В языке художественной литературы личность автора текста проявляется наиболее ярко, она и определяет достоинства литературно-художественного текста. Именно поэтому в рамках языка художественной литературы так называемые индивидуальные стили, то есть особенности языка конкретного писателя.

Вопрос 2: Как вы считаете, какие параметры речи влияют на особенности индивидуального стиля?

Изучение индивидуальных стилей составляет одно из направлений стилистики. Именно в нем рассматриваются особенности языка Пушкина, Толстого, Тургенева, Достоевского: составляется словарь того или иного писателя, выделяются особенности построения текста, система образов, приемы раскрытия особенностей персонажа и пр. Изучая индивидуальные стили, говорят и о стилях литературных направлений – символизма, акмеизма, футуризма, натуральной школы. Как правило, такие стили представляют собой разработку стилистических принципов основателя направления рядом его последователей и соратников. Таким образом, все разнообразие индивидуальных стилей существует в пределах одной функциональной разновидности – языка художественной литературы.

Разговорная речь – особая функциональная разновидность литературного языка. Разговорная речь противопоставлена всем остальным функционально-стилевым разновидностям речи как некодифицированная сфера общения. Это значит, что нормы и правила разговорного общения никем не регламентируются, и практически все нормы литературного языка могут быть нарушены в разговорной речи.

Вопрос 3: Как вы считаете, в каких условиях можно использовать разговорную речь?

Разговорная речь как особая функциональная разновидность характеризуется тремя основными признаками. Важнейшим является спонтанность, неподготовленность речи. Часто, начиная предложение, говорящие не представляют, как оно закончится и насколько длинным оно будет. Отсюда характерные для разговорной речи неполные предложения или отрывочные слова, которые, тем не менее, выполняют определенную коммуникативно-информативную функцию. Второй отличительный признак – разговорное общение возможно только при неофициальных отношениях между говорящими. Третий признак – только при непосредственном участии говорящих. Даже если один из собеседников говорит значительно больше, второй тем не менее должен постоянно «поддерживать разговор», то есть вставлять какие-то реплики.

Разговорное неофициальное общение с непосредственным участием говорящих осуществляется обычно между хорошо знающими друг друга людьми в конкретной ситуации. Поэтому говорящие имеют определенный общий запас знаний, которые называются фоновыми. Эти знания и позволяют строить в разговорном общении такие усеченные высказывания, которые вне этих фоновых знаний совершенно непонятны. Именно фоновые знания позволяют реализовывать не номинативную, а указательную функцию языка, когда мы не называем предмет, а указываем на него: «Вон то», «Та штука». Основной, если не единственной формой реализации разговорной речи является устная форма. К письменной форме разговорной речи можно отнести только записки и другие подобные жанры.

Официально-деловой стиль – это стиль документов, международных договоров, государственных актов, законов, деловых бумаг, инструкций и распоряжений. Официально-деловой стиль обслуживает сферу отношений между государствами (международные договоры и соглашения), между организациями или внутри них (деловая переписка, приказы, протоколы, заявления), между государством, организациями и частными лицами (законы, указы, договоры). Особенности данного стиля определяются содержанием документов и их целями – сообщить информацию, имеющую практическое значение, дать указания и предписания, изложить порядок действий, обозначить права и обязанности договаривающихся сторон.

В сфере деловой речи мы имеем дело с документом, то есть с деловой бумагой, обладающей юридической силой. Поэтому основная сфера деловой речи – письменная, и этим обусловлен ряд особенностей. Прежде всего, письменная речь – это речь в отсутствие собеседника, соответственно не существует тех общих фоновых знаний, которые облегчают коммуникацию и убыстряют восприятие и усвоение информации. Отсюда требование развернутости и полноты изложения, поскольку необходимо воссоздать ситуацию во всех подробностях, чтобы сделать ее понятной для адресата. В лингвистическом отношении требование развернутости и полноты реализуется в сложных, развернутых предложениях с союзами, передающими логические отношения; в различного рода уточнениях (причастные и деепричастные обороты, вставные конструкции.

Вопрос 4: Как вы считаете, какие признаки текста являются обязательными для документа?

Другая характерная черта документа – стремление к однозначности. Текст официального документа должен быть предельно четким, не допускающим двоякого толкования. В лингвистическом отношении это проявляется в использовании разного рода терминов и терминообразных слов (постановление, резолюция, истец, квартиросъемщик, поднаниматель), а также всевозможных аббревиатур и цифровых обозначений (ГОСТ-1572Н89). Соответственно в документах обычно не употребляются личные местоимения (я, ты, он, она), поскольку это нарушает требования однозначности, точности и ясности изложения.

Наконец, для документа крайне важна, а часто и обязательна определенная форма, то есть раз и навсегда установленное размещение частей текста – указание адресата и автора, если это личный документ, название типа документа (протокол, инструкция, заявление, договор, анкета), дата, подпись, визирование и пр. Стремление к унификации таково, что большая часть документов существуют в виде бланков, где автору необходимо лишь заполнить некоторые пробелы. Директивная функция документа реализуется в использовании инфинитивов: «По газону не ходить!».

Публицистический стиль – это стиль общественно-политической литературы, периодической печати и других средств массовой информации. Его особенности определяются содержанием текстов и основными целями – воздействовать на массы, призывать их к действию, сообщать информацию, формировать общественное мнение. Определяют особенности функционального стиля также и тип средства массовой информации: визуальный (периодическая печать), аудиальный (радио) и аудиовизуальный (телевидение). Много зависит также от преобладания одной из основных функций СМИ: информационной (сообщение о разного рода фактах и событиях), комментарийно-оценочной (анализ и оценка фактов); познавательно-просветительской (пополнение знаний адресата), воздействия (формирования у адресата устойчивых представлений); гедонистическая (развлечение). Основными стилевыми чертами

публицистического стиля являются: лаконичность изложения при информационной насыщенности, доходчивость изложения, связанная с широким и недифференцированным кругом потребителей информации; эмоциональность и непринужденности высказывания. Важнейшим понятием для организации массовой коммуникации является информационное поле, которое выстраивается путем иерархизации новостийной информации. Теоретически информационное поле должно иметь вид адекватно отражающей действительность информационное мозаики, но реально всегда существуют сдвиги в сторону позитивной или негативной информации. Общепризнаны два вида ограничений на распространение информации – институциональное (юридически закрепленное – разглашение сведений, представляющих собой государственную тайну) – конвенциональное (этическое – запрет на публичное обсуждение частной жизни людей без их согласия).

Лингвистически данные особенности выражаются в использовании: общественно-политической лексики и фразеологии; легко воспроизводимых речевых штампах и клише (труженики полей, работники прилавка, закрома Родины, дружеская атмосфера); характерных особенностей других стилей; изобразительно-выразительных средств языка.

Изобразительно-выразительные средства языка, так называемые фигуры речи – отступления от нейтрального способа изложения для эмоционального и эстетического воздействия на читателя. К наиболее распространенным в современных средствах массовой информации фигурам речи можно отнести риторические вопросы (Людям давно предложено позаботиться о себе самим. Какие маневры может предпринять обычный москвич? - Все чаще в печати появляются данные социологических опросов. Но насколько надежны эти данные? Можно ли им доверять? Или это только средство формирования общественного мнения, своеобразный способ пропаганды?); разного рода повторы (Выбор в отсутствие выбора; И жертвы беззакония стали жертвами закона); сравнения (В древние времена на Руси к бороде относились так же фанатично, как большевики к партбилету); каламбуры (Коммунистам в Татарстане ничего не светит, даже полумесяц); ирония (Республика Эквадор чувствует свою вину за то, что банановая кожура очень часто появляется на московских улицах) и аллюзия (Человек – это звучит горько; Внимание: всем послам! А на дорогах мертвые с косами стоят… О бедной дворняжке замолвите слово).

Вопрос 5: Как вы считаете, какие черты характерны для языка современных СМИ?

Научный стиль обслуживает профессиональную сферу общения. Это стиль научных статей, докладов, монографий, учебников, который определяется их содержанием и целями – по возможности точно и полно объяснить факты окружающей нас действительности, показать причинно следственные связи между явлениями, выявить определенные закономерности, собщить информацию. Возникновение научного стиля связано с расширением профессиональной деятельности людей. Самостоятельность научный стиль приобрел по мере формирования и развития научной терминологии. В настоящее время терминология создает единое информационное пространство, обеспечивающее экономическое, политическое, научное, техническое общение.

Термин – это слово или словосочетание, обозначающее понятие специальной области знания или деятельности. К специфическим чертам термина относится: системность, наличие дефиниции, тенденция к однозначности в пределах своего терминологического поля, стилистическая нейтральность, отсутствие экспрессии. Терминология бывает общенаучной

(структура, элемент, модель, функция, фактор, метод); частнонаучной (цитология, турбулентность, изотоп) и технологической (балка двутавровая; аппретирование; флокировка).

Основными стилевыми чертами научного стиля являются: логическая последовательности изложения; однозначность, точность, сжатость при информативно насыщенности содержания; конкретность, бесстрастность, объективность высказывания. Композиция научных текстов также подчиняется достаточно жестким нормам, насмотря на жанровое разнообразие.

Лингвистически данные особенности проявляются в: насыщенности терминами (15-20% всей лексики); использовании научной фразеологии (прямой угол, точка пересечения); наличие сложных предложений. Характерной особенностью научного стиля является использование в текстах невербальных средств (цифровые данные, схемы, графики, диаграммы) для большей наглядности и убедительности изложенния.

В зависимости от жанра выделяют следующие подстили научного стиля:
собственно-научный (монография, статья, доклад);
научно-информативный (реферат, аннотация, патентное описание);
научно-справочный (словарь, справочник, каталог);
учебно-научный (учебник, словарь, методическое пособие, лекция);
научно-популярный (очерк, книга, статья, лекция).

Приложение № 2 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты практических занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

КОНСПЕКТ 1

1. Дисциплина «Русский язык и культура речи»
2. Тема практического занятия. Культура речи и ее основные аспекты. Нормативный аспект культуры речи. Виды норм.
3. Цели занятия: сформировать представление о языковых и речевых нормах, объяснить и проиллюстрировать основные принципы русской орфографии.
4. Структура практического занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Определение культуры речи. Нормативный, коммуникативный, этический аспекты.	Опрос, оценка знаний студентов
2.	Нормативный аспект культуры речи. Виды норм и их соответствие уровням языковой системы.	Опрос, оценка знаний студентов
3.	Нормы устной речи – орфоэпические и акцентологические.	Опрос, оценка знаний студентов
4.	Нормы письменной речи – орфографические и пунктуационные. Основные принципы русской орфографии.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Краткое напоминание о материале, рассмотренном на лекции. Уточнение и объяснение определений.

Вопросы для дискуссии

1. Можно ли говорить о приоритете русского языка на территории РФ?
2. Есть ли взаимосвязь между статусом русского языка как рабочего языка ООН и статусом русского языка в мире?
3. Есть ли взаимосвязь между памятниками литературы, культуры и науки и укреплением роли русского языка в государстве и мире?

Темы для обсуждения:

Основные аспекты культуры речи и их реализация в современной речевой практике.

Нормы устной и письменной речи.

Нарушение лексических норм.

Нарушение фразеологических норм.

Лексическое и грамматическое значение слова.

Варианты морфологических и синтаксических норм.

Темы рефератов:

1. Язык как естественная и небиологическая система знаков.
2. Основные функции языка
3. Основные аспекты языковой политики
4. Формы взаимодействия языка и общества
5. Признаки и свойства литературного языка.
6. Соотношение понятий родного и государственного языков
7. Соотношение понятий государственного и официального языков
8. Русский язык как рабочий язык ООН
9. Статус русского языка в БРИКС
10. Понятие Мировых языков
1.

КОНСПЕКТ 2

1. Дисциплина «Русский язык и культура речи»

2. Тема практического занятия. «Специфика функциональных стилей в русском языке. Языковые и жанровые особенности научного стиля».

3. Цели занятия: сформировать представление о функциональных стилях и функциональных разновидностях русского литературного языка.

4. Структура практического занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Функциональные стили и функциональные разновидности как типовые коммуникативные ситуации.	Опрос, оценка знаний студентов
2.	Функционально-стилистическая система русского литературного языка: основной вариант и возможные изменения.	Опрос, оценка знаний студентов
3.	Функциональные разновидности. Язык художественной литературы. Разговорная речь.	Опрос, оценка знаний студентов
4.	Функциональные стили: деловой, научный, публицистический.	Опрос, оценка знаний студентов
5.	Соотношение ораторского мастерство и публицистического стиля	Опрос, формирование мотивации для выполнения самостоятельной работы

Вопросы к обсуждению:
Принципиальные различия между функциональными стилями и функциональными разновидностями.
Современные изменения функционально-стилистической системы.
Принципы выделения функционального стиля.
Отличия между языком художественной литературы и литературным языком.
Условия реализации разговорной речи.
Ораторское мастерство и публицистика
Деловой стиль и документы.
Научный стиль и терминология.

Практические задания: выполнение упражнений.
Прочитайте отрывок из интервью с президентом Инкомбанка, найдите в нем элементы разговорной речи.
По большому счету мне все равно, кто выиграл конкурс – ОНЕКСИМ Банк или структура [их конкурентов]. Мне обидно за наше правительство, которое ничему не учится. Между тем, последствием этого могут стать самые серьезные потрясения в экономике. Чиновники меняются, а способы работы остаются прежними. Тем самым оппозиции даются козыри. Ведь в любом единоборстве нельзя давать противнику руку в захват – иначе тебя могут положить на лопатки.
Докажите, что приведенный фрагмент текста относится в официально-деловому стилю речи.
В соответствии со ст. 23 Федерального закона «Об оружии» Правительство Российской Федерации постановляет:
Утвердить следующие размеры единовременных сборов, взимаемых с юридических лиц и граждан за выдачу лицензий на торговлю гражданским и служебных оружием, его приобретение, разрешений на хранение или хранение и ношение, транспортирование, ввоз на

территорию Российской Федерации оружия и патронов к нему, а также за продление срока их действия, согласно приложению № 1.

Определите функциональный сталь приведенного ниже отрывка.

Можно ли давать урок, если нет классной комнаты? Сдавать экзамен без зачетки в кармане? Входит ли вдыхание меловой пыли полной грудью необходимой составной частью в процесс получения высшего образования? Вот Джо Мартин, например, так не думает. Ему 41 год, он не последний человек в одной из страховых компаний Индианаполиса – и в то же время студент университета Дьюка. Во время перерыва на обед или вечером, когда жена мистера Мартина уже спит, Джо садится за клавиатуру компьютера, входит в Интернет и начинает грызть гранит науки в том месте, которое ему обозначил профессор, стоящий на кафедре в семи сотнях километров от его дома.

Докажите, что приведенный ниже отрывок текста принадлежит языку художественной литературы.

Сонные мухи, потревоженные нашим разговором, тихо гудели на потолке, мало-помалу задремывая, часы зашипели и звонко и печально прокуковали одиннадцать… «Утро вечера мудренее», - пришли мне в голову успокоительные слова отца, и опять мне стало легко и как-то счастливо-грустно. Отец уже спал, в кабинете было давно тихо, и все в усадьбе тоже спало. И что-то блаженное было в тишине ночи после дождя и старательном выщелкивании соловьев, что-то неуловимо прекрасное реяло в далеком полусвете зари.

На какой подстиль – собственно научный, научно-учебный, научно-популярный – ориентировались авторы текста? Какие признаки указывают на это? Насколько хорошо владеет автор выбранным стилем?

Могут ли пауки – завзятые хищники, не терпящие соседства с ближним рода своего, одиночные охотники и истребители самых разных насекомых – жить обществом? В Южной Америке и Южной Африке известно несколько видов пауков, выплетающих совместные тенета, а я обнаружил таких пауков в нашей стране. Сколько я ни вглядываюсь в скопище пауков, нигде не вижу разделения на отдельные семьи. Они растворились в этом большом государстве. Выходя из кокона, паучата, не зная своих родителей, тотчас переходят на общественное содержание, за исключением разве что тех, кто отправился путешествовать на паутинках по воздуху в дальние края. Они первопоселенцы, будто семена растений. Несколько паучков-юношей убили комарика, к ним подсели паучок-подросток и малышка. Подбежала большая самка, покрутилась и ушла. Так же поступила самка возле кучки паучков-малышек, овладевших комариком. Чем обусловлены вариации поведения, какие причины вызывают их появление, ответить на это пока трудно.

(Мариновский П. Вот это пауки! «Наука и жизнь», № 11, 1980)

Какое языковое явление послужило материалом для данного текста?

Утром, собираясь на работу, доцент Усольцев обнаружил на своем письменном столе записку для памяти: «Не забыть о тесте». Что-то насчет этого жена говорила ему вчера, но что именно, не мог вспомнить. «Ага! – сообразил, наконец, Усольцев. – надо купить теста для куличей, ведь скоро Пасха…»

Такую же записку нашел у себя в кармане пиджака бизнесмен Муравьев и тоже не мог вспомнить, что нужно сделать. «Ага» - дошло до него. – Надо пройти тест на СПИД. Ведь без этого не дадут визу». Муравьев собирался в Чикаго на конгресс деловых кругов…

Доцент и бизнесмен успешно выполнили намеченные дела, о чем и доложили вечером своим женам, которые были родными сестрами. Но удостоились не похвалы, а упреков и обидных

прозвищ, потому что в это время их тесть, лежавший в больнице, напрасно ждал обещанного дочерьми прихода хотя бы одного из зятьев.

Практическое задание: эссе

Темы эссе

1. Духовное красноречие в России.
2. Традиции военной ораторской речи
3. Парламентарское красноречие в дореволюционной России.
4. Современная американская риторика.
5. Яркая, интересная речь, которую мне довелось услышать (ее тема, род, вид, языковые особенности).
6. Речь, до глубины души возмутившая меня.
7. Язык молодежи.
8. Иностранные слова в современной речи: за и против.
9. Что такое культура спора?
10. Можно ли по речи судить об интеллигентности человека?
11. Возможен ли риторический ренессанс сегодня?
12. Национальные особенности делового общения.
13. Особенности речевого этикета в современной России.
14. Язык мимики и жестов.
15. Скованность и страх перед публичным выступлением и пути их преодоления.
16. Имидж современного оратора.
17. Манипуляции в речи: за и против
18. Ораторы Древней Греции
19. Ораторы Древнего Рима
20. Ораторы Древнего Китая

Приложение № 3 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Грамматические упражнения. Тестовые задания

ГРАММАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Упражнение 1. *Образуйте от данных существительных форму именительного падежа множественного числа.*

Корпус... (здания, войсковые соединения) — корпус... (туловища); образ... (иконы) — образ... (художественно-литературные); орден…(знаки отличия) – орден … (рыцарские и монашеские общества); повод…(поводья) – повод … (побуждения).

Упражнение 2. *Образуйте от приведённых ниже слов форму родительного падежа множественного числа.*

Абрикосы, ананасы, апельсины, баклажаны, бананы, барышни, басни, башни, бланки, гектары, грузины, гольфы, зразы, иглы, карты, килограммы, мандарины, мичманы, носки, оладьи, осетины, погоны, полотенца, простыни, сапоги, солдаты, туфли, чулки, яблони, ясли.

Упражнение 3. *Исправьте грамматические ошибки в употреблении форм степеней сравнения имен прилагательных*.

1. Цифры являются самым убедительнейшим доказательством того, что инфляция идет на снижение. 2. Острые рото-вирусные заболевания - это наиболее характернейшие заболевания у детей младенческого возраста. 3. Бытовые условия в деревне оказались более предпочтительнее, чем условия жизни в леспромхозе. 4. У нас есть все основания полагать, что в самые ближайшие дни будут даны старты зимней спартакиады. 5. В истории фигурного катания этот дуэт сыграл самую выдающуюся роль.

Упражнение 4. *Составьте словосочетания числительных ОБА и ОБЕ с предложенными словами в формах именительного и дательного падежей.*

Образец: Оба сына; обоим сыновьям.

Дерево, дорога, дочь, вещь, постель, ведро, бланк, вакансия, директор, подпись, докладная записка, заявление, предложение, лицо.

Упражнение 5. *Составьте словосочетания, употребив предложенные слова в стилистически нейтральном и в разговорно-окрашенном значениях.*

Дергать, загореться, подбросить, толковать, висеть, провести, наука, ребенок, сила, фрукт.

Упражнение 6. *Подберите русские синонимы к иноязычным словам. Составьте словосочетания с обоими словами. Проанализируйте стилистическое и семантическое различие полученных вариантов.*

Актуальный, анализ, презентация, вердикт, вестибюль, вокальный, детальный, диалог, импорт, лексикон, мемуары, пунктуальный, реставрация, фауна, флора, экспорт.

Упражнение 7. *Составьте словосочетания, употребив предложенные паронимические пары. Объясните значения паронимов.*

Сокрушенно, Швеция, плодовитый, подозревать, опровергать, Австрия, Швейцария, подразумевать, предоставить, отвергать, Австралия, рекомендованный, удивленно, сокрушительно, удивительно, недоумение, плодовый, недоразумение, идеальный, идеалистический, крепостной, крепостник, рекомендательный, представить.

Упражнение 8. *Раскройте скобки, выбирая подходящее слово. Обоснуйте свой выбор.*

1. (Исполнительская, исполнительная) власть на местах должна активизировать свою работу. 2. Качество холодильника улучшено за счет некоторых (конструкторских, конструктивных) решений. 3. Такая (планировка, планирование) сроков выполнения работ оказалась преждевременной. 4. От разгоревшегося (пожарища, пожара) посветлело на улице. 5. Многие наши фильмы получили (большую признательность, большое признание) за рубежом. 6. Ниже своих возможностей (сработали, работали) в декабре строители. 7. С (большой раздражительностью, большим раздражением) встретил критику в свой адрес этот человек. 8. В конце книги был приведен список (рекомендательной, рекомендованной) литературы. 9. (Решимость, решительность) его поступка удивила всех. 10. На (сборочном, сборном) пункте было много народу, но работы еще не начинались. 11. Он (сыскал, снискал) к себе уважение и добрую славу как новатор, как человек творческой мысли.

Упражнение 9. *Выпишите примеры, в которых допущены грамматические ошибки, исправив их. Обоснуйте выбор рода существительных.*

Мощный автомобиль-цистерна, точный альфа-измеритель, удобная антресоль, наша бандероль, красивый Батуми, крепкое бренди, наш БТР, летнее бунгало, любимое ватерполо, мощный ВПК, тёмная вуаль, красивый Гагры, французская «Фигаро», модный галстук-бабочка, жаркая Гоби, Саратовский гороно, мудрый гуру, красивый Дели, дорогое джерси, удобный диван-кровать, вчерашнее ДТП, красивое жалюзи, удобная закусочная-автомат, это зеро, прекрасный импресарио, красивый какаду, жёлтая канифоль, удобное кафе-столовая, привычное клише, маленький колибри, прекрасный конферансье, вкусный кофе, удобное кресло-качалка, итальянское Маренго, известный мафиози, кровавая мозоль, таинственный, красивое Онтарио, красивый Токио, новое ОРТ, прекрасная павильон-выставка, спорное пенальти, старое пенсне, старая плащ-палатка, модное плиссе, маленький пони, ночной портье,

старинное пресс-папье-зажигалка, старый рояль, ночное рандеву, интересное регби, справедливый рефери, старый шимпанзе, интересное родео, вкусное салями, абсолютное табу, кровельный толь, прозрачный тюль, американское ФБР, мягкая фланель, авторитетная ФСБ, виртуозное фуэте, японский Хоккайдо, африканская цеце, позитивный чудо-ребёнок, новый шампунь, новое шасси, весёлое шоу, крепкое виски, японский Хонсю.

Упражнение 10. *Прочитайте вслух примеры. Исправив ошибки, выпишите существительные, форма множественного числа которых образована неверно.*

1. Инженеры нужны повсюду. 2. Донья сосудов были покрыты копотью. 3. В Историческом музее я с интересом рассматривал старинные ружья. 4. Адмирал дал команду поднимать якоря. 5. Тихоокеанский и Северный флоты провели учения. 6. Фермеры получили в аренду заброшенные хутора. 7. Диспетчеры аэропорта работали слаженно. 8. Использованные шприцы укладываются в специальные контейнеры и затем уничтожаются. 9. Тренеры олимпийской сборной – признанные мастера. 10. На таёжных трассах могут работать только опытные шофера. 11. Предприятию нужны опытные бухгалтера, столяры, маляры, сторожи.

Упражнение 11. *Прочитайте примеры. Составьте предложения с существительными, образование формы родительного падежа множественного числа которых могло бы вызвать у Вас затруднение.*

Купить три килограмма абрикосов, апельсинов, мандаринов; группа армян, грузин; семь бадей; сочинитель басен; семь башен; лихорадка трудовых будней (и буден); играть без бутс; десять ватт, вольт; пачка вафель; засеяли пять гектаров; около гнездовий птиц; пара гетр; удаление гланд; пара грабель (и гра́блей); двести граммов (доп. двести грамм); поджарить пять гренко́в (доп. гренок); сколько дел; пара джи́нсов; несколько доле́й; кубометр досо́к (доп. до́сок); горсть жёлудей; пять киловатт; десять килограммов; несколько клейм; шесть клешней; восемь щупалец; оставить без комментариев; сделать шесть копий; несколько кочерёг; вынуть из ножен; испёк много оладий; китель без погон; пять старинных ратуш; пара сапог; вблизи новых я́слей.

Упражнение 12. *Найдите ошибки, вызванные неправильным употребление паронимов и парономазов. Отредактируйте предложения:*

Менеджменту выгоднее нанять гастарбайтеров, чем повышать зарплату на 30%. 2. Если вы проживаете в других районах города, мы представим информацию о том, какая прокуратура рассмотрит ваши обращения. 3. Полной грудью вздохну воздух этих полей… 4. В ней высказаны в яркой форме глубокие мысли об общественном значении воспитания и образования, обрисована картина гармонического и всестороннего развития человеческой личности. 5. Грипп очень заразителен, поэтому его нельзя переносить на ногах. 6. Машина лейтенанта стала достигать беглецов. 7. В фильме «Код Апокалипсиса» Анастасия Заворотнюк сыграла заглавную роль. 8. . Около двух прибыла в «Останкино». Ванюшка не подвел, в окошечке сразу выдали заповедную бумажку, и я вошла в здание. 9. Если вы проживаете в других районах города, мы представим информацию о том, какая прокуратура рассмотрит ваши обращения.10. Ценность мемуаров заключается в изложении фактичной стороны описываемых событий, а не в оценке их, которая почти всегда субъективна. 11. Оденьте очки, чтобы испытать NVIDIA 3D VISION. 12. Она говорила это с язвенной улыбкой на лице.

Тестовые задания

В одном из выделенных ниже слов допущена ошибка в образовании формы слова. Исправьте ошибку и запишите слово правильно.

1.

капает со СВЕЧЕЙ
НАИБОЛЕЕ удачно
СЕМЬЮДЕСЯТЬЮ помощниками
ЕХАЙ прямо
новых ПОЛОТЕНЕЦ

2.

ВЫСОХНУЛ на солнце
звонят КОЛОКОЛА
несколько пар СЕРЁГ
знал много БАСЕН
ШЕСТЬЮСТАМИ рублями

3.

ДВУХСТАМИ предметами
килограмм ПОМИДОРОВ
СЕРЬЁЗНЕЙШЕЕ замечание
ПОЕЗЖАЙТЕ в город
ИХ успехи

4.

с ПЯТИДЕСЯТЬЮ рублями
ОДЕНЬТЕСЬ теплее
ВЫСОХЛА шапка
спелых АБРИКОСОВ
две пары ЧУЛОК

5.

уборка ЯСЛЕЙ
НАИБОЛЕЕ СИЛЬНЫЙ
ВОСЬМЬЮДЕСЯТЬЮ словами
ПОЛОЩЕТ бельё
ПОДЧЕРК

6.

иностранные ПАСПОРТА
ТРЁХСТАМ жителям
насквозь ПРОМОК
ПОЕЗЖАЙТЕ на юг
ОДЕНЬ ребёнка

7.

пара ЦАПЕЛЬ
требуются ШОФЕРА
БОЛЕЕ СИЛЬНЫЙ удар
ЗАГЛОХШИЙ мотор
ВОСЬМЬЮДЕСЯТЬЮ ВОСЬМЬЮ книгами

8.

с ПЯТЬЮДЕСЯТЬЮ копейками
ИХ коллеги
КЛАДИ на место
более ПЯТИСТА метров
стирка ПОЛОТЕНЕЦ

9. Отметьте пример с ошибкой в образовании слова

а) Становится старше
в) Время раздумий
б) Ихних товарищей
г) Поздравительные адресы

10. Укажите пример с ошибкой в образовании слова

а) Девяноста восьмью
б) Килограмм бананов
в) Остёр на язык
г) Порватая одежда

Приложение № 4 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

УЧЕБНО-НАГЛЯДНЫЕ ПОСОБИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

РАЗДЕЛ 1. КОДИФИКАЦИЯ РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА





Национально-языковая политика включает следующие компоненты



Специфика языковой политики



Цели языковой политики и языкового планирования

- сохранение существующего языка
- изменение существующего языка
- возобновление функций (“оживление”) мертвого литературного языка
- создание нового литературного языка

Языковое планирование (но не обязательно языковая политика) может преследовать также цели 5) создания региональных надъязыковых систем 6) создания общемировых надъязыковых систем

Уровневый характер языковой нормы

Виды нормы	содержание
Орфоэпические	правила произношения и ударения
Орфографические	правила написания слов
Словообразовательные	правила образования слов
Лексические	Правила применения слов в соответствии с их лексическим значением
Морфологические	правила употребления форм слов
Пунктуационные	правила использования на письме знаков препинания
Синтаксические	правила построения словосочетаний и предложений

РАЗДЕЛ 2. ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА

Характерные особенности функциональных стилей речи

Стиль	*Основная функция*	*Сфера применения*	*Форма речи*	*Жанры*
Научный	информативная	наука	письменная	научные статьи и справочники
Официально-деловой	информативная	право	письменная	документы: заявления, объявления, ходатайства
Публицисти-ческий	информативная и функция воздействия	идеология и политика	письменная и устная	газетные и журнальные статьи, публичные выступления
Художест-венный	эстетическая и функция воздействия	словесное искусство	письменная	рассказы, повести, романы, стихи, поэмы, баллады
Разговорный	обмен мыслями и чувствами при общении	бытовая	устная	беседа, разговор

НАУЧНЫЙ СТИЛЬ



Официально-деловой стиль речи

Функция	предписующе-констатирующая
Сфера использования	законодательство, делопроизводство
Основная цель речи	сообщение, констатация факта, установление административно-правовых отношений
Характерные черты стиля	точность, стандартизованность, безличность, отсутствие средств выразительности
Языковые средства	официальная и канцелярская лексика и фразеология, использование аббревиатур; преобладание существительных над глаголами, стандартные обороты, страдательные конструкции, неопределенно-личные и безличные предложения
Жанры	законодательные документы (конституция, устав, кодекс), деловые бумаги (приказ, протокол, договор, справка и т.п.)

4. Публицистический стиль речи

Функция, сфера применения	*Задачи речи*	*Характеристика высказывания*	*Языковые средства*
❑Воздействие, агитация и пропаганда; ❑выступления, доклады, лекции, диспуты, статьи на общественно-политические темы (газеты, журналы, радио, телевидение, профессиональные порталы, сайты сети Интернет и т.п.)	Передача информации об актуальных вопросах современной жизни с целью воздействия на людей, формирование общественного мнения	❑Призывность; ❑страстность; ❑выражение своего отношения к предмету речи; ❑лаконичность при информационной насыщенности	❑Использование различных лексических пластов, в т.ч. лексики общественно-политической и экспрессивно окрашенной, фразеологизмов, пословиц и поговорок; ❑изобразительно-выразительные средства языка (эпитеты, метафоры, сравнения, инверсии...); ❑простые (полные и неполные) короткие предложения; ❑риторические вопросы, обращения

Цель создания текста	Содержание и форма текста	Грамматические средства
Рассказ о событии с показом его хода в развитии, с выделением основных фактов и показом их взаимосвязи.	1) соблюдается логическая последовательность; 2)подчёркивается динамизм, смена событий; 3) композиция хронологизирована	Простые и сложные предложения: а) с глагольным сказуемым совершенного вида; б) с видовременными формами, подчёркивающими характер и смену событий; в) с выражением причинно-следственной и временной обусловленности.





МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
49.03.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

НАПРАВЛЕННОСТЬ
«ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ТЕХНОЛОГИИ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.05 Педагогическое образование
НАПРАВЛЕННОСТЬ

Физическая культура

01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, так как:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным

справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т. п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных

используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно

перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях,

углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Становление и развитие информатизации общего среднего образования, понятийный аппарат цифровой трансформации образования.

Цели занятия: сформировать представления о процессе становления и развития информатизации общего среднего образования, современном этапе – цифровой трансформации образования, сформировать понятийный аппарат цифровой трансформации образования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: занятия в форме лекции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

- Анализ исторических предпосылок возникновения термина «Информатизация»;
- Генезис понятия «Информатизация образования» в отечественной научной литературе;
- Концепция информатизации отечественной школы А.П. Ершова;
- Современный этап развития информатизации образования – цифровая трансформация образования;
- Понятийный аппарат цифровой трансформации образования;
- Эволюция понятия «Средства ИКТ» в отечественной научной литературе;
- Принципы организации информатизации образования.

Тема лекционного занятия: Цели, задачи и структура и основные направления цифровой трансформации общего среднего образования.

Цели занятия: сформировать представления о целях, задачах, структуре и основных направлениях цифровой трансформации общего среднего образования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: занятия в форме лекции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

- Основные направления развития информатизации образования;
- Формулировка целей и задач информатизации образования на различных этапах развития процесса информатизации отечественного образования;
- Основные цели и задачи цифровой трансформации общего образования;
- Информационно-предметная структура информатизации общего среднего образования;
- Организационная структура информатизации общего среднего образования;
- Содержательная структура информатизации общего среднего образования.

- Спектр условий, способствующих организации цифровой трансформации образования и пути их обеспечения;
- Особенности обеспечения реализации условий, способствующие организации цифровой трансформации российского образования.

Тема лекционного занятия: Дидактические возможности информационных и коммуникационных технологий. Информационное взаимодействие образовательного назначения.

Цели занятия: сформировать представления о дидактических возможностях информационных и коммуникационных технологий, дать понятие о информационном взаимодействии образовательного назначения и его трансформации в условиях применения средств обучения, основанных на ИКТ.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: занятия в форме лекции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

- Спектр информационных и коммуникационных технологий, применяемых в сфере образования;
- Обзор перспективных информационных и коммуникационных технологий для сферы образования;
- Дидактические возможности информационных и коммуникационных технологий;
- Информационное взаимодействие образовательного назначения в условиях использования средств информационных и коммуникационных технологий;

Тема лекционного занятия: Дидактические основы дистанционного, электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий**.**

Цели занятия: сформировать представления о дидактических основах дистанционного, электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: занятия в форме лекции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

- Определение основных понятий (дистанционное обучение, электронное обучение и обучение с применением дистанционных образовательных технологий и др.);
- Нормативно-правовое обеспечение дистанционного и электронного обучения;
- Модели современного дистанционного и электронного обучения;
- Виды и формы дистанционного обучения;
- Цели и содержание дистанционного и электронного обучения;
- Общие и специфические принципы дистанционного и электронного обучения;
- Методы и приемы дистанционного и электронного обучения;
- Средства обучения, используемые в электронном обучении и обучении с использование дистанционных образовательных технологий;
- Формы организации дистанционного и электронного обучения и их специфика;
- Формы контроля в дистанционном и электронном обучении.

Тема лекционного занятия: Реализация технологий электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

Цели занятия: сформировать представления о **технологиях электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий** и особенностях их реализации в условиях цифровой трансформации образования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: занятия в форме лекции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

- Особенности организации процесса электронного обучения и обучения с использованием дистанционных образовательных технологий;
- Современные педагогические технологии, применяемые в электронном обучении и обучении с применением ДОТ, и их особенности: обучение в сотрудничестве, проектная деятельность, портфолио, «перевернутый класс», обучение с помощью веб-технологий;
- Современные квалификационные требования к преподавателю и тьютору в системе электронного обучения и обучения с использованием дистанционных образовательных технологий;
- Специфика педагогической деятельности преподавателя и тьютора в системе электронного обучения и обучения с использованием дистанционных образовательных технологий;
- Роли и функции преподавателя электронного обучения;
- Взаимодействие «преподаватель – обучающийся» и обучающихся между собой при электронном обучении.

П.2.4. Методические материалы к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема практического занятия: «Средства информационных и коммуникационных технологий в образовательном процессе».

Форма практического задания: лабораторный практикум.

1. Разработать программу дополнительного курса по учебной дисциплине (на выбор студента) для 5-9 классов, реализация которой возможна в сетевом формате, обосновать выбор форм, методов, технологий обучения.
   Возможное содержание курсов:
   - Основы визуального программирования;
   - Создание мобильных приложений;
   - Основы информационной безопасности;
   - Образовательная робототехника;
   - Дополненная реальность;
   - Основы обработки графических изображений;
   - 3D-моделирование и прототипирование.
2. Разработать программу курса дополнительного обучения по информационным и коммуникационным технологиям с использованием дистанционных образовательных технологий.
   Можно использовать сетевые ресурсы
   - http://urok.1september.ru/
   - http://www.uchportal.ru/

Требования к выполнению практического задания: выполнение лабораторного практикума.

Взаимодействие с аудиторией: указания, вопросы.

Тема лабораторного занятия «Методические подходы к использованию технологий мультимедиа и телекоммуникационных технологий»

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума

1. Составить список вопросов, которые можно предложить для обсуждения школьникам в рамках сетевой конференции. Разработать Web-форму для реализации такой конференции.
2. Привести примеры использования сетевых ресурсов для активизации самостоятельной работы школьников по учебному предмету.
3. Подобрать проблемные вопросы из предметной области (например, «Математика и информатика» и «Технология») и обосновать их выбор для организации «мозгового штурма» и проектной работы с учащимися в области информационных и коммуникационных технологий.
4. Составить перечень федеральных и региональных программ и проектов по развитию дополнительного инженерного образования школьников и дать им краткую характеристику.

Требования к выполнению практического задания: выполнение лабораторного практикума.

Взаимодействие с аудиторией: указания, вопросы, беседа.

Тема лабораторного занятия «Методические подходы к использованию технологий виртуальной реальности и искусственного интеллекта в образовании».

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума

1. Составить перечень удаленных и распределенных виртуальных лабораторий, приведите примеры (ссылки на сетевые ресурсы) лабораторных работ в дистанционной форме.
2. Подобрать проблемные вопросы из следующих областей: сферы применения ИИ и решаемые с его помощью задачи, история искусственного интеллекта, компьютерное зрение, интернет-сервисы и образовательные ресурсы на базе ИИ, генеративный ИИ, этические аспекты использования искусственного интеллекта, для организации «мозгового штурма» и проектной работы с учащимися.
3. Составить перечень федеральных и региональных просветительских программ и проектов для школьников в области технологий искусственного интеллекта и анализа больших данных и дать им краткую характеристику.

Требования к выполнению практического задания: выполнение лабораторного практикума.

Взаимодействие с аудиторией: указания, вопросы, беседа.

Тема лабораторного занятия «Дидактические основы дистанционного, электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий»

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума

1. Проанализируйте основные характеристики *массовых открытых онлайн-курсов*. Выделите положительные и отрицательные стороны организации обучения с использованием МООК. Ответ аргументируйте.

2. Найдите в Интернете примеры реализации МООК в вашей предметной области составьте их краткую аннотацию, укажите ссылку на соответствующий сетевой ресурс.
3. Представьте анализ развития дистанционного и электронного обучения в России или за рубежом (на ваш выбор), используя приём хроноленты (презентация событий в хронологическом порядке). Отметьте ключевые события и дайте им характеристику.

Требования к выполнению практического задания: выполнение лабораторного практикума.

Взаимодействие с аудиторией: указания, вопросы.

Тема лабораторного занятия «Реализация технологий электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий»

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума

1. Напишите эссе «Мое представление о дистанционной форме обучения».
2. Составьте небольшую анкету для обучающихся, использующих дистанционные образовательные технологии, на основании информации из которой вы могли бы сформировать группы сотрудничества. Какие качества личности обучающихся вам представляются для этого наиболее значимыми?
3. Составьте список аннотаций к научным публикациям (не менее 5) по тематике «Ролевые игры в электронном или дистанционном обучении» и «Деловые игры в электронном или дистанционном обучении».

Требования к выполнению практического задания: выполнение лабораторного практикума.

Взаимодействие с аудиторией: указания, вопросы.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Теоретические основы цифровой трансформации образования Тема 1.1. Становление и развитие информатизации общего среднего образования, понятийный аппарат цифровой трансформации образования	Подготовка реферата
Тема 1.2. Цели, задачи и структура и основные направления цифровой трансформации общего среднего образования.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Раздел 2. Информационные и коммуникационные технологии в образовательном процессе Тема 2.1. Дидактические возможности информационных и коммуникационных технологий. Информационное взаимодействие образовательного назначения.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Гипертекстовые, мультимедийные информационные технологии, телекоммуникационные технологии в образовании	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Тема 2.3. Технологии виртуальной, дополненной реальности и искусственного интеллекта в образовании Тема 2.4. Методические подходы к использованию программных средств учебного назначения и цифровых образовательных ресурсов	Подготовка реферата
Раздел 3. Технологии электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий Тема 3.1. Дидактические основы дистанционного, электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий Тема 3.2. Реализация технологий электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень тем рефератов/ эссе к Разделу 1:

1. Исторические вехи информатизации образования;
2. «Концепция информатизации народного образования на 1990-2010 гг.» (анализ документа, значение для развития информатизации в стране);
3. Информатизация и цифровая трансформация системы российского образования (аналитический обзор);
4. Философские проблемы определения информации в трудах основоположников кибернетики;
5. История применения технологий мультимедиа в отечественной педагогической практике;
6. Развитие технологии гипертекста в сфере проектирования образовательных веб сайтов;
7. Теоретические основы мультимедиа в образовании;
8. Инструментальные системы, реализующие возможности мультимедиа в образовании;
9. История применения телекоммуникационных технологий в отечественной педагогической практике;
10. Развитие облачных технологий в образовательном процессе средней школы;
11. Телекоммуникационные технологии в образовании.
12. Вопросы защиты интеллектуальной собственности в информатизации образования;
13. Проблематика экспертизы педагогической продукции в информатизации образования;
14. Структура информационных образовательных порталов России.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень тем рефератов/ эссе к Разделу 2

1. История применения технологий мультимедиа в отечественной педагогической практике;
2. Эволюция устройств мультимедиа;
3. Современные подходы к разработке и применению мультимедийных образовательных систем;
4. Средства обучения, основанные на технологии мультимедиа в образовательном процессе начальной школы;

5. Технологии и принципы подготовки контента мультимедийных образовательных продуктов;
6. Программные и технические средства презентационных технологий.
7. Применение технологии мультимедиа в музейном деле;
8. Технологии мультимедиа в инженерном образовании;
9. Мультимедиа технологии как элемент среды управления образовательным учреждением.
10. История применения телекоммуникационных технологий в отечественной педагогической практике;
11. Развитие технологии гипертекста в сфере проектирования образовательных веб сайтов;
12. Развитие облачных технологий в образовательном процессе средней школы;
13. Облачные технологии как средство, реализующие возможности ИКТ по поддержке принятия управленческих решений;
14. Телекоммуникационные технологии: возможности применения в образовательном процессе начальной школы;
15. Технологии разработки Web-сайтов учебного назначения;
16. Инструментальные программные средств для разработки учебных ресурсов для реализации образовательного телекоммуникационного проекта;
17. Сетевые технологии как элемент среды управления образовательным учреждением.
18. История и примеры применения технологий виртуальной реальности в отечественной педагогической практике;
19. Развитие технологий виртуальных миров в мировой образовательной практике;
20. Применение систем виртуальной реальности в образовательных целях;
21. Предпосылки и история развития систем виртуальной реальности;
22. Области применения систем виртуальной реальности;
23. Основные понятия, принципы и инструментарии разработки систем виртуальной реальности;
24. Системы виртуальной реальности в проектировании;
25. Компьютерные игры и виртуальная реальность;
26. Сравнительный анализ средств разработки виртуальной реальности;
27. Социальные сети и виртуальная реальность;
28. Технология дополненной реальности: возможности применения в образовательном процессе начальной школы;
29. Применение технологии 3D-моделирования и виртуальной реальности в музейном деле;
30. Виртуальное обучение, тренажеры и симуляторы;
31. Системы виртуальной реальности в инженерном образовании;
32. Средства обучения, основанные на технологии дополненной реальности в образовательном процессе начальной школы;
33. Интеллектуальные информационные системы в образовании;
34. Разработка средств обучения, основанных на применении интеллектуальных алгоритмов. Современное состояние вопроса.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Вопросы для самостоятельной работы к Разделу 3

1. Какое понятие шире «дистанционное обучение» или «электронное обучение»? Ответ обоснуйте.
2. Чем *e-learning* отличается от электронного обучения? Приведите аргументы.
3. Определите различие понятий «дистанционное обучение» и «дистанционные образовательные технологии». Ответ аргументируйте.
4. Приведите примеры использования онлайн- и офлайн-обучения.

5. Актуальны ли сегодня, в период бурного развития новых информационных технологий, требования из определений дистанционного обучения, которые были сформулированы Е.С. Полат и А.А. Андреевым, или их необходимо несколько скорректировать? Предложите собственную версию определения н обоснуйте свою позицию.
6. Как Вы думаете, какие условия необходимо выполнить для организации в Вашем образовательном учреждении обучения исключительно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий?
7. Проанализируйте современные модели обучения. Какая из моделей используется в Вашей образовательной организации. Какая модель, на Ваш взгляд, более эффективна и почему? Ответ аргументируйте.
8. От чего зависит эффективность ЭО и ДОТ? Ответ обоснуйте.
9. Проанализируйте цели обучения без использования ЭО и ДОТ. Сравните их целями обучения с использованием ЭО и ДОТ. Определите различия и направления в реализации целей при обучении с использованием ЭО и ДОТ.
10. Как реализуется принцип интерактивности при электронном обучении?
11. Сформулируйте правила, вытекающие из принципов н закономерностей дистанционного и электронного обучения, необходимые для организации обучения с использованием ЭО и ДОТ.
12. В чем вы видите принципиальные отличия электронного учебника от учебника на бумажном носителе?
13. Предложите спектр средств, с помощью которых можно поддерживать мотивацию учащегося к обучению с использованием ЭО и ДОТ.
14. В чем заключается специфика проведения экзамена при реализации обучения с использованием ДОТ?
15. Перечислите основные правила организации вебинаров.
16. Перечислите факторы, влияющие на выбор форм контроля учебной деятельности при дистанционном и электронном обучении.
17. Существует ли потребность в обучении с использованием ЭО и ДОТ? Опишите перечень проблем и трудностей, связанных с обучением с использованием ЭО и ДОТ. Выберите одну из трудностей и предложите свои пути её преодоления.
18. Определите специфику группового обучения в организации обучения с использованием ЭО и ДОТ. Назовите её преимущества и недостатки. Ответ аргументируйте.
19. Предложите наиболее эффективные способы погружения обучающихся в СДО. Какие способы помогут сделать обучение эффективным и результативным?
20. Охарактеризуйте специфику использования технологии обучения в сотрудничестве применительно к электронному обучению.
21. Каким образом лучше формировать группы: смешанные или одинаковые по уровню обученности (например, только «отличники» либо только неуспевающие)? Какая группа будет работать продуктивнее? Можно ли доверить формирование группы самим учащимся на основе их симпатии? Ответ обоснуйте на примерах.
22. В чем заключается специфика организации и реализации технологии проектной деятельности при электронном обучении?
23. При каких условиях использование сетевого проекта в электронном обучении будет эффективно?
24. Обоснуйте актуальность использования технологии портфолио и электронном обучении.
25. Определите достоинства портфолио студента. Сравните его с традиционными оценочными средствами.
26. Какой перечень материалов Вы готовы представить в своем портфолио? Обоснуйте ответ.

27. Какие существуют виды портфолио преподавателя? Обоснуйте практическую значимость такого портфолио. Предложите свой перечень наименований портфолио преподавателя.
28. Каковы специфические особенности применения технологии «перевернутый класс» в обучении с использованием ДОТ?
29. В чем принципиальное отличие деятельности преподавателя от тьютора?
30. Какими чертами преподавателя или тьютора, по Вашему мнению, Вы обладаете?
31. Должен ли преподаватель сам разрабатывать курс, размещать его в СДО, организовывать процесс обучения или на каждом этапе организации обучения с использованием ДОТ должен работать отдельный профессионал? Ответ обоснуйте.
32. Предложите решения для снятия психологического барьера при реализации образовательного процесса в ЭО и с использованием ДОТ, который может возникать в процессе взаимодействии между преподавателем и обучающимися.
33. Взаимодействие в системе «преподаватель-обучающийся», «обучающийся-обучающийся» в Интернете отличается от аналогичного при традиционном обучении. Предложите варианты организации взаимодействия, которые сделают такое общение эффективным.
34. Использование СДО в учебном процессе предполагает, в том числе, и знакомство всех участников процесса обучения. Предложите перечень вопросов, на которые должен ответить обучающийся, чтобы впоследствии взаимодействие между преподавателем и обучающимися и обучающихся между собой было эффективным. Как может быть организовано такое знакомство?

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ИНФОРМАТИКА И ОСНОВЫ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных

средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Инструменты работы с текстовыми документами

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Форма представления текстовых данных в компьютере. Способы кодирования текстовой информации. Программы для работы с текстовыми документами. Форматы текстовых докумен-

тов. Порядок работы над документом. Правила набора и верстки документа с учетом дальнейшего использования. Структурирование документов. Параметры страниц. Параметры шрифта и абзаца. Понятия «связывание» и «внедрение» объектов. Режимы отображения документа. Назначение режима «Главный документ». Сложное форматирование документов. Таблицы. Графические объекты. Формулы. Рецензирование.

Тема лекционного занятия: Автоматизация работы с текстовыми документами

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Использование шаблонов для работы с типовыми документами. Работа со стилями и списками. Ссылки. Оглавление и указатели. Рассылки. Автозамена. Вставка полей и экспресс-блоков. Автоматизация работы с текстовыми документами с помощью макросов.

Тема лекционного занятия: Инструменты работы с табличными документами

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Форма представления числовых данных в компьютере. Компьютерные технологии обработки табличных данных. Программы для работы с табличными документами. Автоматизация процессов обработки данных. Основные методы оптимизации работы табличного процессора. Адресация в электронных таблицах. Фильтрация данных. Автоматизация поиска данных в таблицах. Работа с диаграммами. Защита табличных документов. Автоматизация работы с табличными документами с помощью макросов.

Тема лекционного занятия: Анализ данных в электронных таблицах

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Статистическая обработка данных. Построение графических зависимостей. Способы анализа данных в электронных таблицах. Списки и их использование для анализа табличных данных. Анализ данных с помощью сводных таблиц. Решение оптимизационных задач. Финансовые функции. Таблицы подстановки.

Тема лекционного занятия: Технологии создания презентаций

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Форма представления графических данных в компьютере. Основные типы презентаций. Создание базовой презентации. Приемы создания и обработки презентаций. Работа в программе в различных режимах (режимы обычный, сортировщик слайдов, показ слайдов, страницы заметок). Формирование слайдов с мультимедиа-объектами. Управление сменой слайдов. Эффекты анимации и управление ими. Значение портфолио. Принципы наполнения портфолио. Эффективность устной презентации.

Тема лекционного занятия: Сетевые и облачные технологии в автоматизации офиса

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Интерактивные презентации, персональные компьютеры, интерактивная доска, активное обучение

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Технологии цифровой экономики. Основные сквозные цифровые технологии и их влияние на традиционные сектора экономики. Системный подход при решении задач. Использование искусственного интеллекта. Типовые решения автоматизации офиса. Программное обеспечение (офисные программные приложения, прикладное программное обеспечение). Направления автоматизации деятельности офисов. Компьютерные сети. Адресация в компьютерных сетях. Информационная безопасность и цифровая гигиена. Обеспечение совместной деятельности. Информационные облачные технологии автоматизации офиса. Технологии современного офиса: интернет вещей, искусственный интеллект, параллельная работа с документами, удаленная работа, облачное хранение, VR и AR, 3-D печать. Обзор «облачных» архитектур. Автоматизация офисных приложений. Облачные технологии: Документы, Таблицы, Презентации, Формы. Совместный доступ. Настройка совместного доступа.

П.2.3. Методические материалы к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Инструменты работы с текстовыми документами

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Программные средства реализации информационных процессов.
2. Технологии создания и преобразования текстовых данных.
3. Технологии создания и преобразования текстовых данных.
4. Работа с дополнительными объектами, таблицами и графическими объектами документа.

Тема занятия: Автоматизация работы с текстовыми документами

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Технологии автоматизации обработки документов в текстовых процессорах.
2. Возможности текстового процессора по созданию и обработке больших документов сложной структуры.
3. Работа в режиме главного документа.
4. Технологии автоматизации обработки документов в текстовых процессорах.
5. Автоматизация работы с типовыми документами.

Тема занятия: Инструменты работы с табличными документами

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Принципы функционирования электронных таблиц.
2. Ввод, редактирование и форматирование данных в электронных таблицах.
3. Информационные технологии обработки числовой информации в электронных таблицах.
4. Вычисления, анализ и визуализация данных в электронных таблицах.

Тема занятия: Анализ данных в электронных таблицах

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Анализ данных в электронных таблицах.
2. Использование списков для анализа данных в электронных таблицах.
3. Анализ данных в электронных таблицах.
4. Изучение инструментов анализа данных.
5. Решение оптимизационных задач.

Тема занятия: Технологии создания презентаций

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Технологии создания компьютерных презентаций.
2. Создание интерактивных презентаций.
3. Заполнение электронного портфолио обучающегося РГСУ.

Тема занятия: Сетевые и облачные технологии в автоматизации офиса

Форма практического задания: лабораторный практикум.

Задания лабораторного практикума:

1. Глобальная компьютерная сеть Интернет.
2. Использование служб Интернета для решения практических задач.
3. Изучение Национальной программы «Цифровая экономика Российской Федерации».

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Продвинутые методы обработки текстовых документов	Самостоятельное изучение материала раздела
Раздел 2. Продвинутые методы обработки электронных таблиц	Самостоятельное изучение материала раздела
Раздел 3. Информационно-коммуникационные технологии	Самостоятельное изучение материала раздела

Задания для самостоятельной работы

РАЗДЕЛ 1. Продвинутые методы обработки текстовых документов.

Вопросы для самоподготовки:

1. Способы управления свойствами символов текста.
2. Способы управления свойствами абзацев.
3. Способы управления свойствами страницы.
4. Понятие раздела документа, его свойства.
5. Колонтитулы и способы их создания.
6. Списки и их виды.
7. Понятие «Стиль» и возможности этой функции текстового процессора.
8. Сноски, назначение и виды.

9. Назначение закладок.
10. Назначение и способы создания примечаний.
11. Способы ввода информации об авторе примечаний при их создании.
12. Назначение и способы создания перекрестных ссылок.
13. Таблицы и способы их создания в текстовом процессоре.
14. Понятие «поля» и способы их использования для выполнения вычислений в документе.
15. Назначение, виды и способы создания диаграмм в документе.
16. Способы создания формул в тексте документа.
17. Виды графических объектов, создаваемых средствами текстового процессора и способы управления их свойствами.
18. Понятие «стиля». Способы создания и изменения стиля.
19. Технология OLE. Понятия «связывание» и «внедрение» объектов.
20. Создание связанных и внедренных объектов в текстовом документе.
21. Списки и способы их создания и форматирования.
22. Понятие «полей» (инструкций) и правила их формирования.
23. Правила набора текста с учетом дальнейшего использования при подготовке публикаций.

РАЗДЕЛ 2. Продвинутые методы обработки электронных таблиц.

Вопросы для самоподготовки:

1. Ознакомление с интерфейсом программы.
2. Освоение процедуры ввода данных в ячейки таблицы.
3. Использование средств, повышающих эффективность ввода данных.
4. Изучение основных приемов редактирования таблиц.
5. Форматирование текстовых данных.
6. Форматирование числовых данных.
7. Создание условных форматов и примечаний.
8. Состав рабочей книги табличного процессора и особенности объектов, входящих в него.
9. Создание рабочей книги. Технология работы с листами.
10. Ввод и редактирование данных (ввод чисел, ввод текста, ввод одного значения сразу в несколько ячеек, редактирование содержимого ячейки).
11. Особенности различных форматов данных, используемых в таблицах.
12. Ряды автозаполнения как средство автоматизации ввода данных в таблицы.
13. Правила создания формул в табличном процессоре.
14. Запись формул и порядок выполнения операций при вычислениях, заданных ими.
15. Ссылка как операнд формулы. Виды ссылок и особенности их использования для вычислений.
16. Использование мастера функций для ввода формул.
17. Синтаксис и правила использования статистических функций.
18. Синтаксис и правила использования логических функций.
19. Типы диаграмм и графиков, способы их построения.
20. Назначение диаграмм различных типов.
21. Объекты диаграмм (ряды данных, надписи, линии сетки, легенда).
22. Методы оформления диаграмм различного типа.

23. Списки и требования к их содержанию и оформлению.
24. Сортировка данных и способы ее осуществления (одноуровневая, многоуровневая).
25. Фильтры и их виды.
26. Сущность сводных таблиц и способы их создания.
27. Консолидация данных и способы ее осуществления, методы консолидации.
28. Функции прогнозирования, их назначение и применение.
29. Назначение метода Подбор параметра.
30. Круг задач, решаемых методом Подбор параметра.
31. Назначение метода Поиск решения.
32. Особенности задач, решаемых с помощью метода Поиск решения.
33. Способы задания ограничений для задач поиска решения.
34. Создание элементов управления на рабочем листе (списки, флажки).
35. Финансовые функции, их назначение, синтаксис, аргументы финансовых функций.
36. Правила создания формул с использованием финансовых функций в табличном процессоре.
37. Использование мастера функций для ввода формул.
38. Назначение, синтаксис и правила использования таблиц подстановки.
39. Использование одномерных и двумерных таблиц подстановки для анализа финансовых данных.

РАЗДЕЛ 3. Информационно-коммуникационные технологии.

Вопросы для самоподготовки:

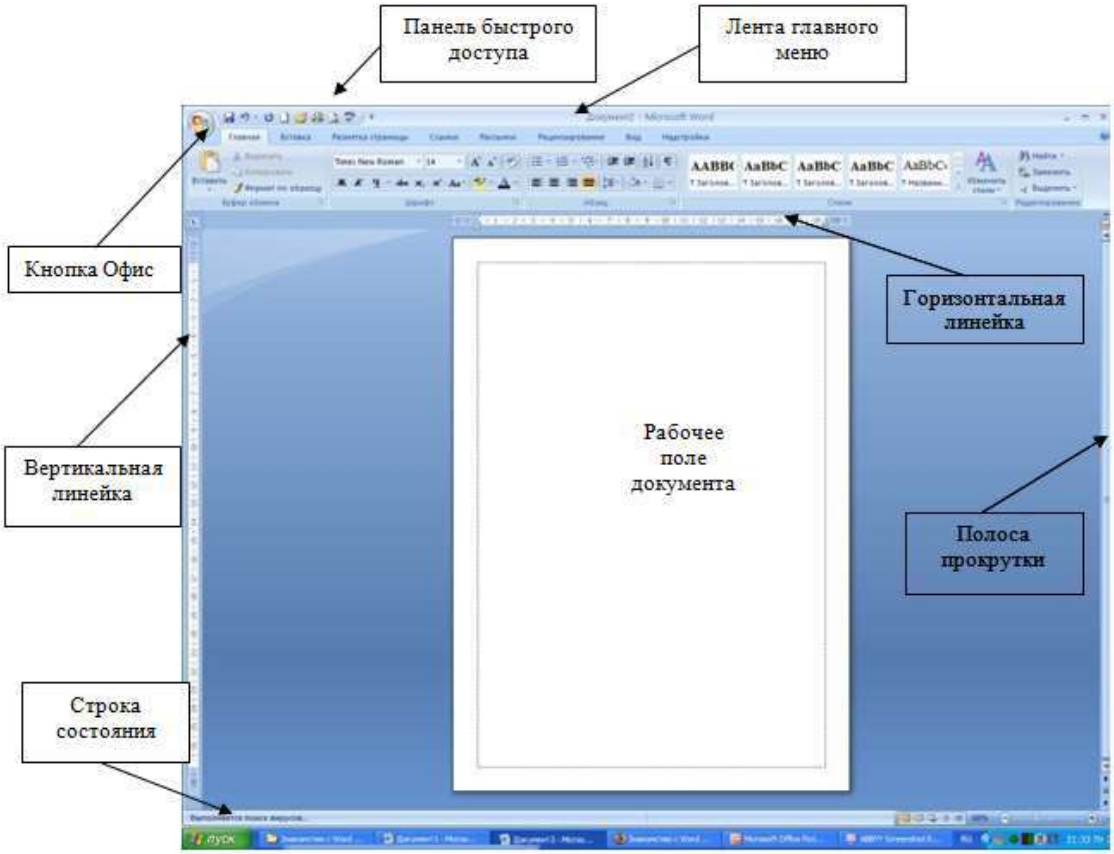
1. Функциональные возможности программ подготовки презентаций.
2. Режимы работы программ подготовки презентаций.
3. Методика проектирования презентаций.
4. Факторы эффективности устных выступлений.
5. Ключевые цели национальной программы «Цифровая экономика Российской Федерации».
6. Основные задачи программы «Цифровая экономика Российской Федерации».
7. Основные сквозные цифровые технологии программы «Цифровая экономика Российской Федерации».
8. Технологии в области работы с данными: искусственный интеллект, туманные вычисления, квантовые технологии, суперкомпьютерные технологии, технологии идентификации, математическое моделирование, технологии блокчейна, нейронные сети, киберфизические системы (cps), 3d-технологии (печать) или «аддитивное производство», роботизация, технологии открытого производства, беспилотные технологии, биометрические технологии.
9. Назначение, классификация и состав информационных технологий защиты информации.
10. Сетевые модели «облачных» сервисов.
11. Infrastructure-as-a-Service (IaaS).
12. Software-as-a-Service (SaaS). Преимущества и риски, связанные с SaaS. Область применения SaaS.
13. Platform-as-a-Service (PaaS).
14. Облачные сервисы.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Продвинутые методы обработки текстовых документов.

Тема 1.1. Инструменты работы с текстовыми документами.



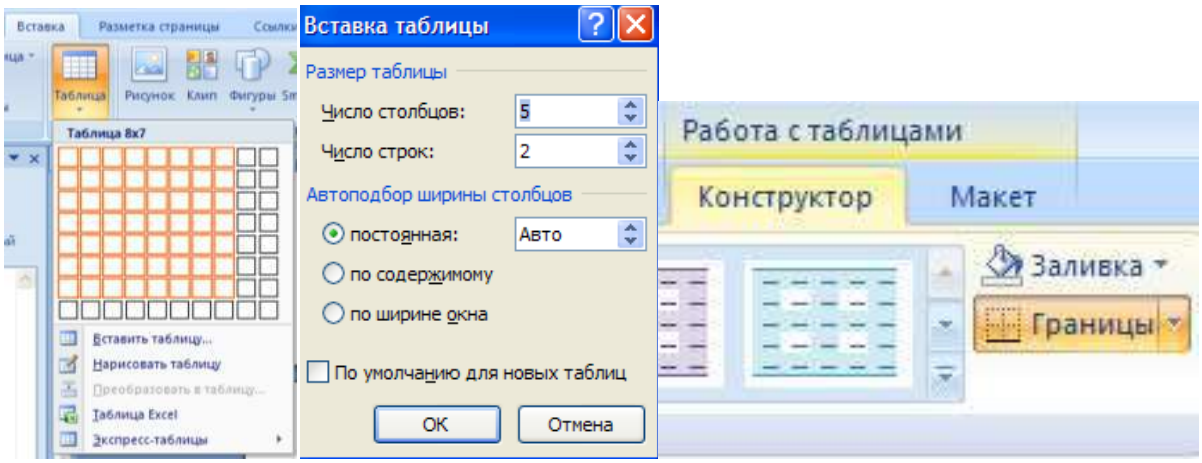


Тема 1.2. Автоматизация работы с текстовыми документами.

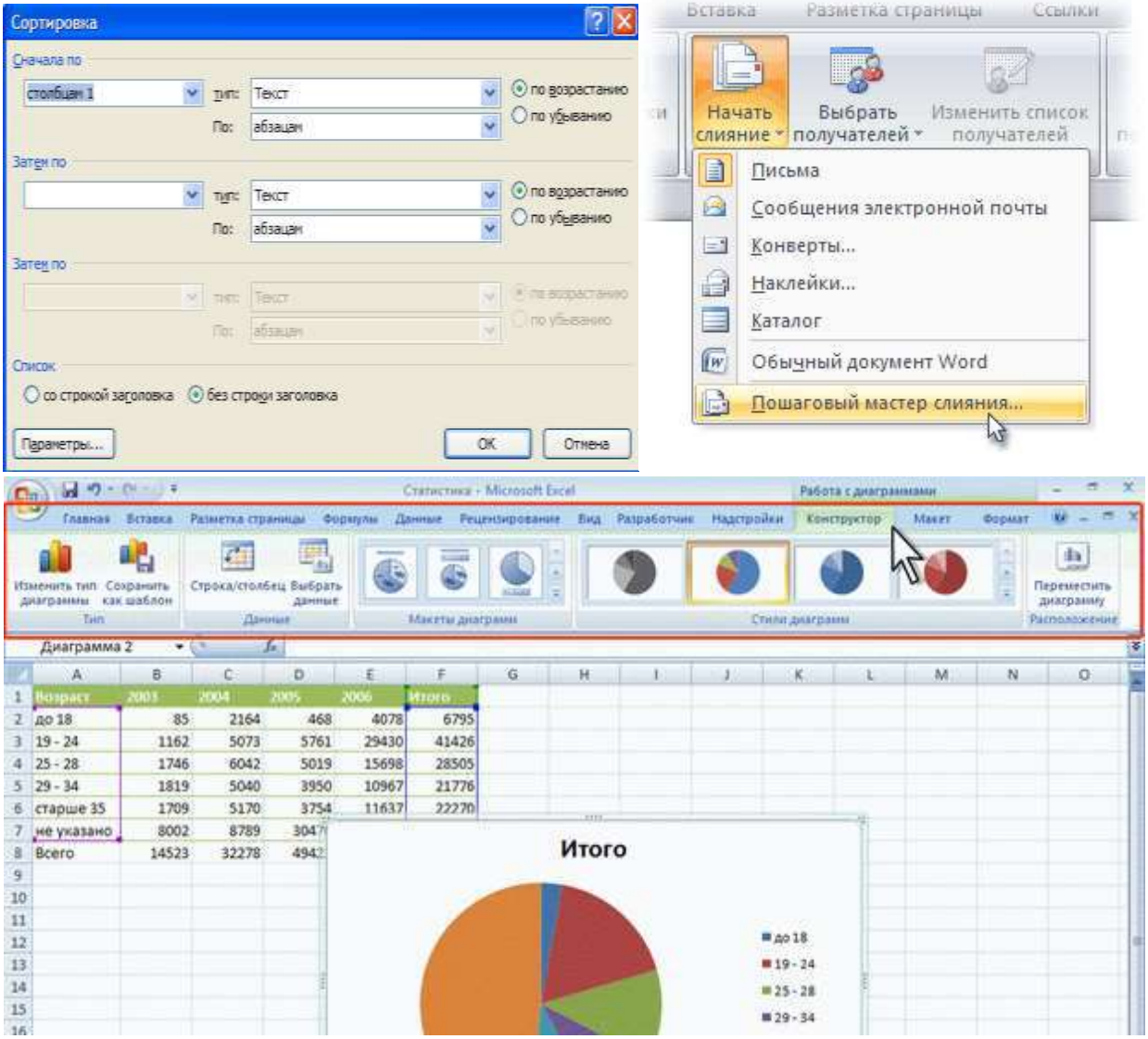


РАЗДЕЛ 2. Продвинутые методы обработки электронных таблиц.

Тема 2.1. Инструменты работы с табличными документами.

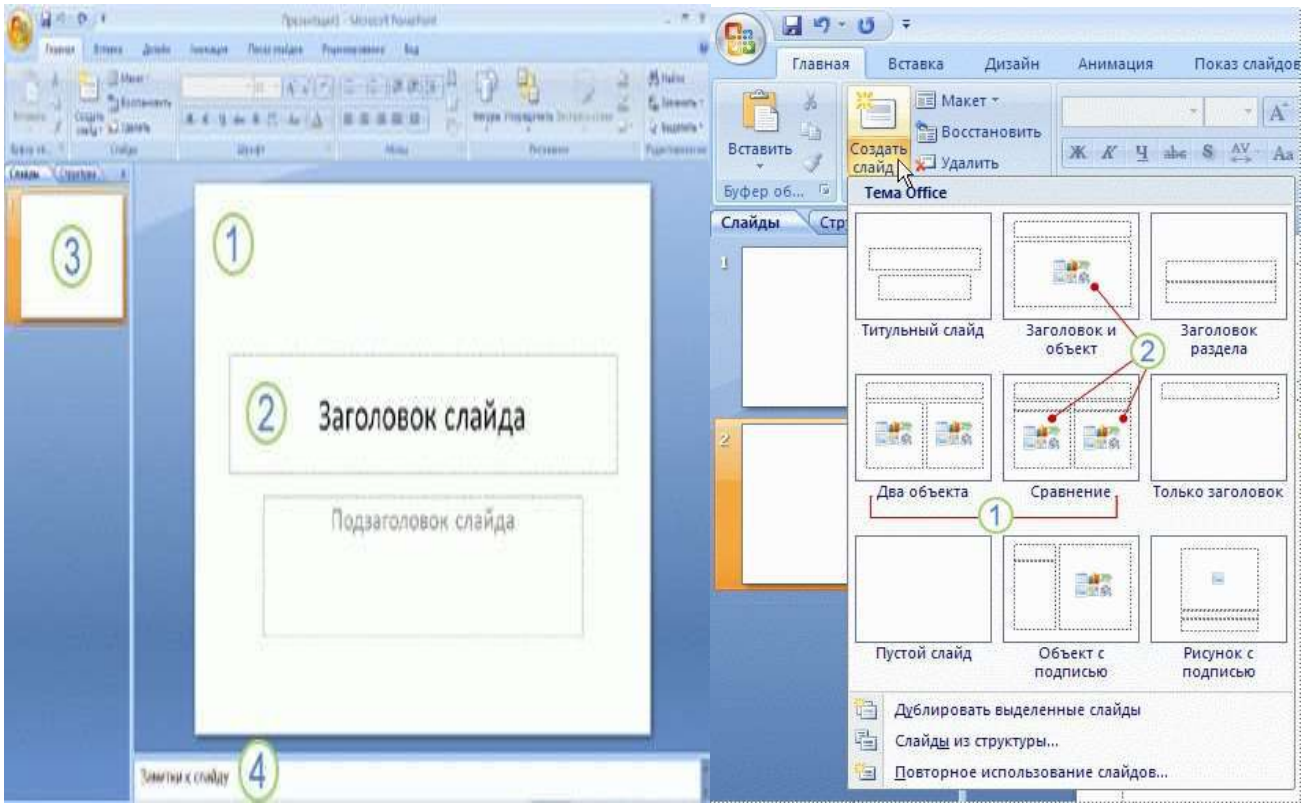


Тема 2.2. Анализ данных в электронных таблицах.



РАЗДЕЛ 3. Информационно-коммуникационные технологии.

Тема 3.1. Технологии создания презентаций.



Тема 3.2. Сетевые и облачные технологии в автоматизации офиса.



«Облачные технологии»



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) АДАПТИВНЫЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных

средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Особенности современных адаптивных информационных технологий

Цели занятия: Сформировать знания и умения в области современных адаптивных информационных технологий для решения прикладных задач

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Новые задачи педагогических коллективов в работе с обучающимся, относящимся к разным категориям лиц с ограниченными возможностями здоровья: создание атмосферы заинтересованности каждого обучающегося в работе группы; использование в ходе учебы дидактического материала и специальных устройств, наиболее доступных и значимых видов и форм учебного содержания.

Тема лекционного занятия: Использование адаптированной компьютерной техники

Цели занятия: Сформировать знания и умения применять программное обеспечение наиболее распространенных вариантов доступа к инклюзивному образованию

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Осуществление вызова на мобильный телефон через образовательную сеть «мобильное образование» или «m-обучение». Требование совместимости конкретной ассистивной технологии, например, слухового аппарата или других средств с мобильным телефоном. Специальные компьютерные учебные программы.

Тема лекционного занятия: Дистанционные образовательные технологии

Цели занятия: Получение представления о современном состоянии и структуре рынка адаптивных информационных ресурсов и технологий для осуществления коммуникаций при использовании дистанционных технологий

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Дистанционные образовательные технологии: проблемы, возможности, перспективы развития. Электронное обучение. Интернет курсы. Интернет тестирование. Интернет олимпиады. Использование адаптивных технологий в учебном процессе.

Тема лекционного занятия: Технические и программные средства телекоммуникационных технологий

Цели занятия: Получение представления об использовании современных технических и программных средств телекоммуникации

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие о современных технических и программных средствах телекоммуникации. Технические средства создания электронных документов. Технологии распознавания текста и обработки файлов.

П.2.3. Методические материалы к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Особенности современных адаптивных информационных технологий

Цели занятия: Раскрыть сущность использования адаптивных информационных технологий

Формы практических заданий: дискуссии; аналитическое задание, практическая работа.

Вопросы к обсуждению:

1. Поиск информации.
2. Поисковые системы.
3. Правила формирования поисковых запросов.
4. Организация хранения файлов на дисках.
5. Резервное копирование данных.
6. Облачное хранение данных

Пример аналитического задания:

Провести анализ средств адаптации компьютерной техники (составить таблицу, построить диаграммы).

Пример практического задания:

С помощью адаптированной компьютерной техники (по нозологиям) выполнить:

а) поиск заданной информации в файловой системе и в сети Интернет;

б) копирование, перемещение, удаление и восстановление файлов;

в) копирование и вставку данных;

г) ввод данных (текстовые и табличные данные), вывод данных на печать;

д) настройку параметров операционной системы, прикладных программ (программ обработки текстовых и табличных данных, программ подготовки презентаций).

Тема занятия: Использование адаптированной компьютерной техники

Цели занятия: Сформировать представление об использовании адаптированной компьютерной техники для выполнения базовых информационных процессов

Формы практических заданий: дискуссии; аналитическое задание, практическая работа.

Вопросы к обсуждению:

1. Средства автоматизации работы с текстовыми данными.
2. Совместная работа с текстовыми документами.
3. Защита текстовых документов.
4. Средства анализа больших данных.
5. Автоматизация работы с электронными таблицами.
6. Совместная работа с табличными документами.
7. Защита табличных документов.
8. Сравнительная характеристика текстовых процессоров.
9. Сравнительная характеристика табличных процессоров.

Пример аналитического задания:

Провести анализ использования информационных технологий в профессиональной и научно-исследовательской деятельности пользователями с ограниченными возможностями здоровья.

Пример практического задания:

1. Задачи на обработку текстовых данных по предметной области, связанной с профессиональной деятельностью, с применением адаптированных средств.

2. Задачи на обработку табличных данных по предметной области, связанной с профессиональной деятельностью, с применением адаптированных средств.

3. Задачи по практической работе с библиографическими и реферативными базами данных.

Тема занятия: Дистанционные образовательные технологии

Цели занятия: Раскрыть возможности и сущность использования ДОТ

Формы практических заданий: дискуссии; аналитическое задание, практическая работа.

Вопросы к обсуждению:

1. Преимущества и недостатки дистанционных образовательных технологий.
2. Средства дистанционных образовательных технологий.
3. Сравнительная характеристика систем управления образовательным контентом.

Пример практического задания:

С помощью адаптационных средств разместить в указанный преподавателем раздел плана занятий учебного курса в электронной информационно-образовательной среде РГСУ материалы текущего и рубежного контроля по разделу.

Тема занятия: Технические и программные средства телекоммуникационных технологий

Цели занятия: Получение представления об использовании современных технических и программных средств телекоммуникации

Формы практических заданий: дискуссии; аналитическое задание, практическая работа.

Вопросы к обсуждению:

1. Адаптивные способы работы в текстовых процессорах.
2. Адаптивные способы работы в табличных процессорах.
3. Адаптивные возможности программ создания презентаций.
4. Адаптивные возможности обработки графической информации.

Пример аналитического задания:

Провести анализ состава и характеристик технических и программных средств телекоммуникационных технологий.

Пример практического задания:

Изучить и продемонстрировать средства адаптации информационного обмена (формы обратной связи, сообщения, форумы) официального сайта РГСУ, электронной информационно-образовательной среды РГСУ.

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Основы современных адаптивных информационных технологий	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
Раздел 2. Информационные и коммуникационные технологии как средства коммуникации	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1

1. Понятие «доступные ИКТ» как весь спектр ассистивных и основных технологий и форматов.
2. Состав «доступных ИКТ».
3. Базовые технологии (компьютеры и мобильные телефоны, содержащие встроенные специальные возможности);
4. Ассистивные технологии. Слуховые аппараты.
5. Программы чтения с экрана, адаптивные клавиатуры);
6. Форматы доступа (HTML-доступ, книги DAISY (информационная система цифрового доступа) и т.д.)
7. Прикладное программное обеспечение ассистивных технологий.
8. Совместимость слухового аппарата или других средств с мобильным телефоном.
9. Просмотр веб-сайта с помощью «программы чтения с экрана».
10. Использование альтернативных средств коммуникации.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Интеграция ИКТ в инклюзивное образование.
2. Многоязычие: ключ к инклюзивному образованию в условиях информатизации общества.
3. Компьютеры и программное обеспечение: встроенные специальные возможности.
4. Мобильные телефоны: встроенные специальные возможности.
5. Слуховые аппараты: виды и характеристики.
6. Программы чтения с экрана.
7. Адаптивные клавиатуры.
8. HTML-доступ, книги DAISY.
9. Информационная система цифрового доступа.
10. Информационный рынок: определение, становление, современное состояние.
11. Современные экономические условия информатизации российского общества.
12. Современные социальные условия информатизации российского общества.
13. Современные культурные условия информатизации российского общества.
14. Роль библиотек в построении образования информационного общества.
15. Программные технологии Интернет-телефонии.
16. Аппаратные технологии Интернет-телефонии.
17. Средства адаптации для работы с текстовыми документами.
18. Средства адаптации для работы с табличными документами.
19. Средства адаптации для подготовки презентаций.
20. Адаптированные документ-камеры. Сканирование документов.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2

1. Дистанционные образовательные технологии: проблемы, возможности, перспективы развития.
2. Понятие электронного обучения.
3. Зарегистрироваться в Российской Научной электронной библиотеке.

4. Изучить «Руководство пользователя» Российской Научной электронной библиотеки (http://elibrary.ru/manual_elibrary_for_user.pdf).

5. Настроить свой персональный профиль. Изучить работу поисковой системы.

6. Роль сетевых технологий в формировании современной информационной среды.

7. Создание безбарьерной среды с использованием ИКТ в условиях образования учащихся с особыми образовательными потребностями.

8. Интернет курсы.

9. Интернет тестирование.

10. Интернет олимпиады.

11. Использование адаптивных технологий в учебном процессе

12. Информационный рынок: определение, становление, современное состояние. Рынок адаптивной образовательной информации.

13. Телекоммуникационные технологии: этапы эволюции.

14. Определение понятий «электронная библиотека», «цифровая библиотека», «виртуальная библиотека», «медиатека».

15. Объективные предпосылки создания и этапы развития электронных библиотек.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

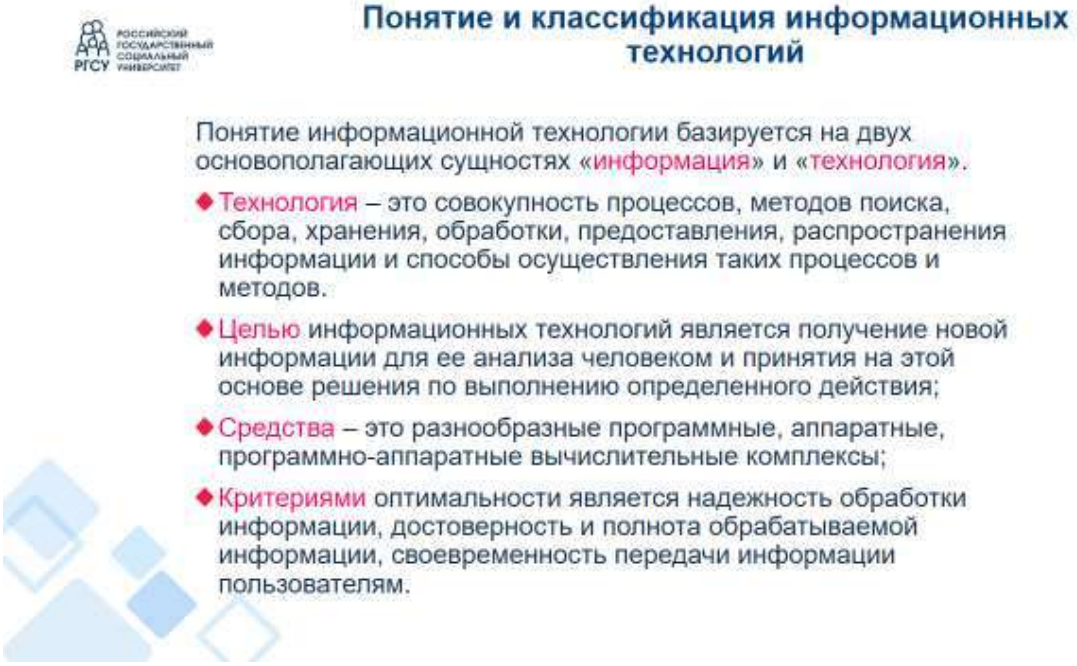
1. Перспективы развития адаптивных информационных технологий.
2. Информационная безопасность и защита информации: определения и генезис.
3. Технологии виртуальной реальности в адаптивных задачах.
4. Технологии дополненной реальности в адаптивных задачах.
5. Адаптивные возможности программных и технических средств презентационных технологий.
6. Технологии распознавания текста и обработки файлов.
7. Системы управления контентом.
8. Обзор практик организации дистанционного обучения.
9. Структура и инструментарий учебного курса в ЭИОС РГСУ.
10. Современные технологии передачи электронной информации в Интернет.
11. Технические средства телекоммуникационных технологий.
12. Программные средства телекоммуникационных технологий.
13. Почтовые клиенты: обзор.
14. Технологии работы с электронной почтой.
15. Рассылка документов средствами офисных программ.
16. Системы электронного документооборота.
17. Назначение и сущность технологии телеконференций.
18. Вебинары. Системы обеспечения и проведения вебинаров.
19. Состав технологических операций при проведении телеконференции в режимах on-line и off-line.
20. Использование систем искусственного интеллекта для развития адаптивных информационных технологий.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Основы современных адаптивных информационных технологий.

Тема 1.1. Особенности современных адаптивных информационных технологий.





Тема 1.2. Использование адаптированной компьютерной техники.





РАЗДЕЛ 2. Информационные и коммуникационные технологии как средства коммуникации.

Тема 2.1. Дистанционные образовательные технологии.





Тема 2.2. Технические и программные средства телекоммуникационных технологий.

АДАПТИВНОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- признаки интеллектуальных систем адаптивного обучения:
- - возможность создавать автоматизированные процессы, которые сокращают количество ручных процессов обучения;
- - возможность создавать последовательную прогрессию навыков и компетенций;
- - возможность использовать комбинации контрольных, диагностических и формирующих оценок для более оперативной и непрерывной оценки, возможность собирать, вычислять и оценивать данные;
- - способность самоорганизовывать информацию и данные в результате умозаключений для формирования постоянной и устойчивой обратной связи в цикле преподавания и обучения.



АДАПТИВНОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- четыре типа и варианта систем адаптивного обучения:

адаптивные системы на основе машинного обучения;

усовершенствованные алгоритмические адаптивные системы;

адаптивные системы на основе правил;

адаптивные системы на основе дерева решений.



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

Направление подготовки

«44.03.01 Педагогическое образование»

Направленность
«Физическая культура»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - *ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА*

Форма обучения
Очная, заочная

Москва 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным

справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных

используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно

перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Общие закономерности роста и развития

Тема 1.1 лекционного занятия: Предмет возрастной анатомии, физиологии и культурой здоровья. История развития. Возрастная периодизация.

Цели занятия: познакомить с п**редметом возрастной анатомии, физиологии и история**

развития, возрастной периодизацией.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Задачи изучения возрастной анатомии и физиологии. Основоположники школьной гигиены и физического воспитания детей и подростков. Основа физиологической периодизации возрастов. Сходства и различия физиологической и педагогической периодизаций. Показатели морфологической зрелости человека.

Тема 1.2. лекционного занятия: Общие закономерности роста и развития.

Цели занятия: Обучить с о**бщими закономерностями роста и развития.**

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Закономерности онтогенетического развития. Акселерация и ретардация роста и развития детей и подростков. Адаптация к школе. Факторы, влияющие на рост и развитие детей. Возрастные особенности основного обмена.

Тема 1.3. лекционного занятия: Анатомия и физиология нервной системы.

Цели занятия: познакомить с а**натомией и физиологией нервной системы.**

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Строение нервной ткани. Синапс. Отделы нервной системы. Рефлекс. Рефлекторная дуга.

Тема 1.4. лекционного занятия: Высшая нервная деятельность

Цели занятия: Познакомить с **высшей нервной деятельностью**

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Высшая нервная деятельность и поведение человека. Мотивация и эмоции. Условный рефлекс как фактор формирования поведения. Типы высшей нервной деятельности. Механизмы памяти. Возрастные особенности высшей нервной деятельности человека. Принцип доминанты Л.Л. Ухтомского. Концепция функциональной системы П.К. Анохина.

Раздел 2. Анатомия, физиология и культура здоровья.

Тема 2.1. лекционного занятия: Сенсорные системы.

Цели занятия: Изучить сенсорные системы

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие о сенсорных системах или анализаторах. Зрительная сенсорная система. Слуховая сенсорная система. Возрастные особенности сенсорных процессов.

Тема 2.2. лекционного занятия: Опорно-двигательный аппарат.

Цели занятия: Изучить опорно-двигательный аппарат.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Возрастные особенности строения и функционирования опорно-двигательного аппарата. Понятие об опорно-двигательном аппарате, его функции. Химический состав и строение костей. Процесс роста костей. Виды соединения костей. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.

Тема 2.3. лекционного занятия: Кардиореспираторная система, строение функции
Цели занятия: Изучить кардиореспираторную систему, ее строение и функции
Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией: Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Круги кровообращения. Сократительная функция сердца. Сердечный цикл. Возрастные особенности сердечно-сосудистой деятельности. Строение органов дыхания и голосового аппарата. Возрастные особенности дыхания.

Тема 2.3. **лекционного занятия: Культура здоровья.**
Цели занятия: познакомить с культурой здоровья
Методы и средства обучения, основные методические приемы: указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа, отработка практических действий

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Гигиенические требования к школьной мебели. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса. Гигиеническая организация урока, перемены. Гигиена чтения и письма.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Общие закономерности роста и развития

Тема 1.1. Предмет возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья. История развития. Возрастная периодизация.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Задачи изучения возрастной анатомии и физиологии. Основоположники школьной культуры здоровья и физического воспитания детей и подростков. Основа физиологической периодизации возрастов. Сходства и различия физиологической и педагогической периодизаций. Показатели морфологической зрелости человека.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Что изучает наука анатомия?
2. Каковы задачи изучения возрастной анатомии и физиологии?
3. Кто является основоположником школьной гигиены и физического воспитания детей и подростков?
4. Что лежит в основе физиологической периодизации возрастов?
5. Определите сходства и различия физиологической и педагогической периодизаций.
6. Перечислите показатели морфологической зрелости человека.

Темы докладов

1. Методологические основы анатомии.

2. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
3. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития.
4. Основные свойства организма человека.
5. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
6. Организм и среда.
7. Понятие о норме реакции организма (его реактивности).
8. Факторы, определяющие норму реакции.
9. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
10. Сходство и различия клеток организма человека. Жизненный цикл.
11. Особенности строения тканей организма человека.
12. Принципы разграничения систем и аппаратов.
13. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека.
14. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
15. Понятие о скелете и его функциях.
16. Кость как составная часть скелета.
17. Строение кости.
18. Костная ткань. Пластинчатая костная ткань. Грубо-волокнистая костная ткань. Компактное и губчатое вещество.
19. Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения.
20. Рост костей в длину и толщину.
21. Общая и местная морфологическая перестройка костей. Перестройка остеонной структуры костей.
22. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости.
23. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.
24. Возрастные изменения химического состава и механических свойств костей.

Тема 1.2. Общие закономерности роста и развития.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Закономерности онтогенетического развития. Акселерация и ретардация роста и развития детей и подростков. Адаптация к школе. Факторы, влияющие на рост и развитие детей. Возрастные особенности основного обмена.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Что понимают под термином «рост»?
2. Раскройте понятие «развитие».
3. Перечислите закономерности развития человека.
4. В чем заключается суть надежности биологической системы?
5. Что вы знаете об эпохальной и внутригрупповой акселерации?
6. Назовите наиболее известные гипотезы, объясняющие акселерацию.

7. Опишите процесс адаптации ребенка к школе.

Темы докладов

1. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
2. Основные свойства организма человека.
3. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
4. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
5. Особенности строения тканей организма человека.
6. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
7. Костная ткань.
8. Развитие и рост костей.

Тема 1.3. Анатомия и физиология нервной системы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Строение нервной ткани. Синапс. Отделы нервной системы. Рефлекс. Рефлекторная дуга.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Перечислите функции нервной системы.
2. В чем заключаются особенности строения нервной ткани?
3. На какие группы по функциям делят нейроны?
4. Что называют экстерорецепторами?
5. Каковы функции интерорецепторов?
6. На какие группы делят нервные волокна?
7. Что называют синапсом?
8. На какие виды делят синапсы?
9. Перечислите отделы нервной системы.
10. Назовите основные особенности строения спинного мозга.
11. Опишите строение головного мозга.
12. Что называют рефлексом?
13. Перечислите звенья рефлекторной дуги.
14. Дайте классификацию рефлексам.
15. Охарактеризуйте возрастные особенности нервной системы.

Темы докладов

1. Позвоночный столб.
2. Общий план строения позвонка. Функции позвоночного столба
3. Строение крестца и копчика. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь с осанкой человека.
4. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях.
5. Грудная клетка. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки.

6. Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верхняя конечность.
7. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица.
8. Отделы свободной верхней конечности и их кости:
9. Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности.
10. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость.
11. Отделы свободной нижней конечности и их кости.
12. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности.
13. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности.

Тема 1.4. Высшая нервная деятельность

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Как определял высшую нервную деятельность И.П. Павлов?
2. Какие существуют формы поведения человеческого организма?
3. Перечислите факторы, ответственные за организацию конкретного поведения.
4. Какие виды потребностей выделял И.В. Симонов?
5. Что называют мотивацией?
6. Перечислите основные положения нейрофизиологического обеспечения доминирующих мотиваций.
7. Как связаны эмоции с мотивацией?
8. В чем заключаются функции эмоций?
9. Что называют инстинктами?
10. Что лежит в основе формирования любого приобретенного навыка, в основе процесса обучения?
11. Опишите сущность внешнего (безусловного) торможения, дайте характеристику его видам.
12. В чем заключается биологический смысл внутреннего торможения?
13. Что называют динамическим стереотипом?
14. Какие процессы лежат в основе деления людей на группы по типам нервной системы?
15. Дайте характеристику типам высшей деятельности, которые выделил И.П. Павлов.
16. Что понимают под второй сигнальной системой?
17. В чем заключается разница между биологической и генетической памятью?
18. Опишите виды осознаваемой памяти.
19. Что лежит в основе кратковременной и долговременной памяти?
20. Перечислите возрастные особенности высшей нервной деятельности человека.
21. Определите последовательность операций формирования функциональных систем согласно теории А.П. Анохина.

Темы докладов

1. Классификация соединений костей.
2. Соединения позвонков: соединения тел, дуг и отростков позвонков.
3. Рентгеноанатомия соединений костей туловища.
4. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.

5. Оси вращения и движения в этих суставах.

6. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы.

Раздел 2. Название раздела Анатомия и физиология и культура здоровья.

Тема 2.1. Сенсорные системы.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Понятие о сенсорных системах или анализаторах. Зрительная сенсорная система. Слуховая сенсорная система. Возрастные особенности сенсорных процессов.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Какими отделами осуществляется первичный анализ информации?
2. Опишите особенности зрительной сенсорной системы.
3. В чем заключаются возрастные особенности зрительной сенсорной системы?
4. Перечислите основные звенья слухового анализатора.
5. В чем заключаются возрастные особенности слуховой сенсорной системы.

Темы докладов

1. Мышечное волокно (мион) - основной элемент поперечнополосатой (скелетной) мышечной ткани, его форма и размеры.
2. Структурные основы сокращения мышечного волокна.
3. Функциональная характеристика мышц.
4. Мышцы головы и шеи.
5. Мышцы, обеспечивающие движения туловища.
6. Мышцы, обеспечивающие движения верхних конечностей.
7. Мышцы, обеспечивающие движения нижних конечностей.

Тема 2.2. Опорно-двигательный аппарат.

Перечень изучаемых элементов содержания:

Возрастные особенности строения и функционирования опорно-двигательного аппарата. Понятие об опорно-двигательном аппарате, его функции. Химический состав и строение костей. Процесс роста костей. Виды соединения костей. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Определите функции опорно-двигательного аппарата.
2. В чем заключаются функции мышечной системы?
3. В чем заключаются особенности строения костной ткани?
4. Чем отличаются кости детей от костей взрослых по химическому составу?
5. Опишите строение остеона.
6. Как осуществляется рост костей в длину и толщину?
7. Что называют синартрозами?
8. Каково строение диартрозов?
9. Перечислите возрастные особенности скелета человека.
10. Как изменяется скелетная мускулатура с возрастом?

Тема 2.3. Кардиореспираторная система, строение функции

Перечень изучаемых элементов содержания:

Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Анатомия, физиология и гигиена сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Круги кровообращения. Сократительная функция сердца. Сердечный цикл. Возрастные особенности сердечно-сосудистой деятельности. Строение органов дыхания и голосового аппарата. Возрастные особенности дыхания.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. Чем представлена система органов кровообращения человека?
2. Опишите внешнее и внутреннее строение сердца.
3. На какие группы делят кровеносные сосуды? В чем заключается их отличие?
4. Перечислите этапы прохождения крови по большому кругу кровообращения?
5. В чем заключаются функции малого круга кровообращения? Опишите путь крови по легочному кругу.
6. Что обеспечивает сократительную функцию сердца?
7. Дайте характеристику нейрогуморальной регуляции деятельности сердца.
8. Перечислите фазы сердечного цикла.
9. В чем заключаются возрастные особенности сердечно-сосудистой системы?
10. Какие функции выполняют органы дыхания?
11. Что включают в себя воздухоносные пути?
12. Что является структурно-функциональной единицей легких?
13. Опишите процессы, происходящие во время актов вдоха и выдоха.
14. В чем заключаются возрастные особенности дыхательной системы?
15. Какой показатель позволяет оценить эффективность дыхания?

Темы докладов

1. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы.
2. Мышцы шеи.
3. Мышцы, участвующие в движениях головы.
4. Функции мышц шеи при различных видах опоры.
5. Топографические образования шеи
6. Мышцы, обеспечивающие движения туловища.
7. Мышцы, участвующие в разгибании туловища.
8. Функции мышц спины при различных видах опоры.
9. Мышцы, осуществляющие сгибания и разгибания в шейном и поясничном отделах позвоночного столба.
10. Мышцы живота.
11. Мышцы, участвующие в наклонах и ротации туловища.

Тема 2.4. Культура здоровья

Перечень изучаемых элементов содержания:

Требования к школьной мебели. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений. Режим образовательного процесса. Организация урока, перемены. Гигиена чтения и письма.

Форма практического задания: устный ответ, доклад.

Вопросы для подготовки к устному ответу:

1. В чем заключается правильная посадка учащегося за ученической партой?
2. Перечислите требования, предъявляемые к школьной мебели.
3. Какая температура в учебных помещениях является оптимальной?
4. Какой возраст является оптимальным для начала школьного обучения?
5. Каковы требования к составлению школьного расписания?
6. Перечислите фазы работоспособности школьников на уроке.
7. От чего зависит время наступления утомления во время урока?

Темы докладов

1. Гигиенические требования к школьной мебели.
2. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений.
3. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса.
4. Гигиеническая организация урока, перемены. Гигиена чтения и письма.

Форма рубежного контроля 2 по разделу 2. Анатомия и физиология и культура здоровья.

Вопросы/задания рубежного контроля

1. Какими отделами осуществляется первичный анализ информации?
2. Опишите особенности зрительной сенсорной системы.
3. В чем заключаются возрастные особенности зрительной сенсорной системы?
4. Перечислите основные звенья слухового анализатора.
5. В чем заключаются возрастные особенности слуховой сенсорной системы.
6. Определите функции опорно-двигательного аппарата.
7. В чем заключаются функции мышечной системы?
8. В чем заключаются особенности строения костной ткани?
9. Чем отличаются кости детей от костей взрослых по химическому составу?
10. Опишите строение остеона.
11. Как осуществляется рост костей в длину и толщину?
12. Что называют синартрозами?
13. Каково строение диартрозов?
14. Перечислите возрастные особенности скелета человека.
15. Как изменяется скелетная мускулатура с возрастом?
16. Чем представлена система органов кровообращения человека?
17. Опишите внешнее и внутреннее строение сердца.
18. На какие группы делят кровеносные сосуды? В чем заключается их отличие?
19. Перечислите этапы прохождения крови по большому кругу кровообращения?
20. В чем заключаются функции малого круга кровообращения? Опишите путь крови по легочному кругу.
21. Что обеспечивает сократительную функцию сердца?
22. Дайте характеристику нейрогуморальной регуляции деятельности сердца.
23. Перечислите фазы сердечного цикла.
24. В чем заключаются возрастные особенности сердечно-сосудистой системы?

25. Какие функции выполняют органы дыхания?
26. Что включают в себя воздухоносные пути?
27. Что является структурно-функциональной единицей легких?
28. Опишите процессы, происходящие во время актов вдоха и выдоха.
29. В чем заключаются возрастные особенности дыхательной системы?
30. Какой показатель позволяет оценить эффективность дыхания?

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Общие закономерности роста и развития организма Тема 1.1. Предмет возрастной анатомии, физиологии и культуры здоровья. История развития. Возрастная периодизация.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
Тема 1.2. Общие закономерности роста и развития.	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата
Тема 1.3. Анатомия и физиология нервной системы	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата
Тема 1.4. Высшая нервная деятельность	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата
Модуль 2	
Раздел 2. Анатомия, физиология и культура здоровья Тема 2.1. Сенсорные системы	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
Тема 2.2. Опорно-двигательный аппарат	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата
Тема 2.3. Кардиреспираторная система, строение функций	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата
Тема 2.4. Культура здоровья	Самостоятельное изучение материала темы
	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1, Тема 1.1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1, тема 1.1:

1. Что изучает наука анатомия?
2. Каковы задачи изучения возрастной анатомии и физиологии?

3. Кто является основоположником школьной гигиены и физического воспитания детей и подростков?

4. Что лежит в основе физиологической периодизации возрастов?

5. Определите сходства и различия физиологической и педагогической периодизаций.

6. Перечислите показатели морфологической зрелости человека.

Перечень тем рефератов к Разделу 1, тема 1.1:

1. Методологические основы анатомии.
2. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
3. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития.
4. Основные свойства организма человека.
5. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
6. Организм и среда.
7. Понятие о норме реакции организма (его реактивности).
8. Факторы, определяющие норму реакции.
9. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
10. Сходство и различия клеток организма человека. Жизненный цикл.
11. Особенности строения тканей организма человека.
12. Принципы разграничения систем и аппаратов.
13. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека.
14. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
15. Понятие о скелете и его функциях.
16. Кость как составная часть скелета.
17. Строение кости.
18. Костная ткань. Пластинчатая костная ткань. Грубо-волокнистая костная ткань. Компактное и губчатое вещество.
19. Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения.
20. Рост костей в длину и толщину.
21. Общая и местная морфологическая перестройка костей. Перестройка остеонной структуры костей.
22. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости.
23. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.

Задания для самостоятельной работы к Теме 1.2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 1.2:

1. Что понимают под термином «рост»?
2. Раскройте понятие «развитие».
3. Перечислите закономерности развития человека.
4. В чем заключается суть надежности биологической системы?
5. Что вы знаете об эпохальной и внутригрупповой акселерации?
6. Назовите наиболее известные гипотезы, объясняющие акселерацию.
7. Опишите процесс адаптации ребенка к школе.

Перечень тем рефератов к Теме 1.2:

1. Возрастные изменения химического состава и механических свойств костей.
2. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
3. Основные свойства организма человека.
4. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
5. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
6. Особенности строения тканей организма человека.
7. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
8. Костная ткань.
9. Развитие и рост костей.

Задания для самостоятельной работы к Теме 1.3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 1.3:

1. Перечислите функции нервной системы.
2. В чем заключаются особенности строения нервной ткани?
3. На какие группы по функциям делят нейроны?
4. Что называют экстерорецепторами?
5. Каковы функции интерорецепторов?
6. На какие группы делят нервные волокна?
7. Что называют синапсом?
8. На какие виды делят синапсы?
9. Перечислите отделы нервной системы.
10. Назовите основные особенности строения спинного мозга.
11. Опишите строение головного мозга.
12. Что называют рефлексом?
13. Перечислите звенья рефлекторной дуги.
14. Дайте классификацию рефлексам.
15. Охарактеризуйте возрастные особенности нервной системы.
1. Как определял высшую нервную деятельность И.П. Павлов?
2. Какие существуют формы поведения человеческого организма?
3. Перечислите факторы, ответственные за организацию конкретного поведения.
4. Какие виды потребностей выделял И.В. Симонов?
5. Что называют мотивацией?
6. Перечислите основные положения нейрофизиологического обеспечения доминирующих мотиваций.
7. Как связаны эмоции с мотивацией?
8. В чем заключаются функции эмоций?
9. Что называют инстинктами?
10. Что лежит в основе формирования любого приобретенного навыка, в основе процесса обучения?
11. Опишите сущность внешнего (безусловного) торможения, дайте характеристику его видам.
12. В чем заключается биологический смысл внутреннего торможения?
13. Что называют динамическим стереотипом?
14. Какие процессы лежат в основе деления людей на группы по типам нервной системы?
15. Дайте характеристику типам высшей деятельности, которые выделил И.П. Павлов.

16. Что понимают под второй сигнальной системой?
17. В чем заключается разница между биологической и генетической памятью?
18. Опишите виды осознаваемой памяти.
19. Что лежит в основе кратковременной и долговременной памяти?
20. Перечислите возрастные особенности высшей нервной деятельности человека.
21. Определите последовательность операций формирования функциональных систем согласно теории А.П. Анохина.
22. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека.
23. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
24. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения.
25. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ.
26. Депонирование воды.
27. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
28. Выделение воды из организма.
29. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
30. Жажда.
31. Осмотическая природа истинной жажды.
32. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме.
33. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.
34. Ионная регуляция ферментативной активности.
35. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма.
36. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и. функционального состояния.
37. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов.
38. Выделение минеральных соединений с потом и мочой.
39. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.

Перечень тем рефератов к Теме 1.3:

1. Общий план строения позвонка. Функции позвоночного столба
2. Строение крестца и копчика. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь с осанкой человека.
3. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях.
4. Грудная клетка. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки.
5. Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верхняя конечность.
6. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица.
7. Отделы свободной верхней конечности и их кости:
8. Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности.
9. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость.
10. Отделы свободной нижней конечности и их кости.
11. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности.
12. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности.
14. Классификация соединений костей.

15. Соединения позвонков: соединения тел, дуг и отростков позвонков.
16. Рентгеноанатомия соединений костей туловища.
17. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.
18. Оси вращения и движения в этих суставах.
19. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы.
20. Классификация соединений костей черепа и лица.
21. Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы).
22. Полупрерывные соединения (симфизы).
23. Прерывные соединения (суставы).
24. Межпозвоночные суставы.
25. Межпозвоночные диски и их строение.
26. Межпозвоночные суставы.
27. Биомеханика суставов.
28. Оси вращения суставов.
29. Вспомогательные элементы сустава.

Задания для самостоятельной работы к Теме 1.4

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 1.4:

1. Как определял высшую нервную деятельность И.П. Павлов?
2. Какие существуют формы поведения человеческого организма?
3. Перечислите факторы, ответственные за организацию конкретного поведения.
4. Какие виды потребностей выделял И.В. Симонов?
5. Что называют мотивацией?
6. Перечислите основные положения нейрофизиологического обеспечения доминирующих мотиваций.
7. Как связаны эмоции с мотивацией?
8. В чем заключаются функции эмоций?
9. Что называют инстинктами?
10. Что лежит в основе формирования любого приобретенного навыка, в основе процесса обучения?
11. Опишите сущность внешнего (безусловного) торможения, дайте характеристику его видам.
12. В чем заключается биологический смысл внутреннего торможения?
13. Что называют динамическим стереотипом?
14. Какие процессы лежат в основе деления людей на группы по типам нервной системы?
15. Дайте характеристику типам высшей деятельности, которые выделил И.П. Павлов.
16. Что понимают под второй сигнальной системой?
17. В чем заключается разница между биологической и генетической памятью?
18. Опишите виды осознаваемой памяти.
19. Что лежит в основе кратковременной и долговременной памяти?
20. Перечислите возрастные особенности высшей нервной деятельности человека.
21. Определите последовательность операций формирования функциональных систем согласно теории А.П. Анохина.

Перечень тем рефератов к Теме 1.4:

1. Классификация соединений костей.
2. Соединения позвонков: соединения тел, дуг и отростков позвонков.
3. Рентгеноанатомия соединений костей туловища.

4. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.
5. Оси вращения и движения в этих суставах.
6. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2, Теме 2.1.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2.1:

1. Какими отделами осуществляется первичный анализ информации?
2. Опишите особенности зрительной сенсорной системы.
3. В чем заключаются возрастные особенности зрительной сенсорной системы?
4. Перечислите основные звенья слухового анализатора.
5. В чем заключаются возрастные особенности слуховой сенсорной системы.
1. Что называют гормонами?
2. Чем железы внутренней секреции отличаются от желез внутренней секреции?
3. Перечислите функции гормонов.
4. Какие железы внутренней секреции образуют бронхиальную группу?
5. Каковы функции щитовидной железы?
6. В чем заключаются функции тимуса?
7. Где расположены и каковы функции надпочечников?
8. Какую роль в развитии детского организма играет соматотропный гормон?
9. Охарактеризуйте функции гормона окситоцина.
10. В чем заключаются функции эпифиза?
11. Перечислите железы смешанной секреции.
12. В чем заключаются функции половых желез?
13. Перечислите возрастные особенности эндокринной системы.
14. Дайте характеристику процессов полового созревания.

Перечень тем рефератов к Теме 2.1:

1. Мышечное волокно (мион) - основной элемент поперечнополосатой (скелетной) мышечной ткани, его форма и размеры.
2. Структурные основы сокращения мышечного волокна.
3. Функциональная характеристика мышц.
4. Мышцы головы и шеи.
5. Мышцы, обеспечивающие движения туловища.
6. Мышцы, обеспечивающие движения верхних конечностей.
7. Мышцы, обеспечивающие движения нижних конечностей.
8. Поперечнополосатая мышечная ткань. Белки миофибрилл.
9. Саркомер. Протофибриллы, их разновидности и состав.
10. Структурные основы сокращения мышечного волокна.
11. Самообновление и рост мышечной массы.
12. Функции мышц. Форма мышц: длинные, короткие, широкие, веерообразные и кольцеобразные. Сильные и ловкие мышцы. Связь формы мышц с выполнением функций.
13. Части мышцы. Вспомогательный аппарат мышц и его функциональное значение. Кровоснабжение и иннервация мышц.
14. Места начала и прикрепления мышц.
15. Определите функции опорно-двигательного аппарата.
16. В чем заключаются функции мышечной системы?
17. В чем заключаются особенности строения костной ткани?
18. Чем отличаются кости детей от костей взрослых по химическому составу?
19. Опишите строение остеона.
20. Как осуществляется рост костей в длину и толщину?

21. Что называют синартрозами?
22. Каково строение диартрозов?
23. Перечислите возрастные особенности скелета человека.
24. Как изменяется скелетная мускулатура с возрастом?

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2, Теме 2.2.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2.2:

1. Определите функции опорно-двигательного аппарата.
2. В чем заключаются функции мышечной системы?
3. В чем заключаются особенности строения костной ткани?
4. Чем отличаются кости детей от костей взрослых по химическому составу?
5. Опишите строение остеона.
6. Как осуществляется рост костей в длину и толщину?
7. Что называют синартрозами?
8. Каково строение диартрозов?
9. Перечислите возрастные особенности скелета человека.
10. Как изменяется скелетная мускулатура с возрастом?

Перечень тем рефератов к Теме 2.2:

1. Как осуществляется рост костей в длину и толщину?
2. Что называют синартрозами?
3. Каково строение диартрозов?
4. Перечислите возрастные особенности скелета человека.
5. Как изменяется скелетная мускулатура с возрастом?

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2, Теме 2.3.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2.3:

1. Чем представлена система органов кровообращения человека?
2. Опишите внешнее и внутреннее строение сердца.
3. На какие группы делят кровеносные сосуды? В чем заключается их отличие?
4. Перечислите этапы прохождения крови по большому кругу кровообращения?
5. В чем заключаются функции малого круга кровообращения? Опишите путь крови по легочному кругу.
6. Что обеспечивает сократительную функцию сердца?
7. Дайте характеристику нейрогуморальной регуляции деятельности сердца.
8. Перечислите фазы сердечного цикла.
9. В чем заключаются возрастные особенности сердечно-сосудистой системы?
10. Какие функции выполняют органы дыхания?
11. Что включают в себя воздухоносные пути?
12. Что является структурно-функциональной единицей легких?
13. Опишите процессы, происходящие во время актов вдоха и выдоха.
14. В чем заключаются возрастные особенности дыхательной системы?
15. Какой показатель позволяет оценить эффективность дыхания?

Перечень тем рефератов к Теме 2.3:

1. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы.
2. Мышцы шеи.

3. Мышцы, участвующие в движениях головы.
4. Функции мышц шеи при различных видах опоры.
5. Топографические образования шеи
6. Мышцы, обеспечивающие движения туловища.
7. Мышцы, участвующие в разгибании туловища.
8. Функции мышц спины при различных видах опоры.
9. Мышцы, осуществляющие сгибания и разгибания в шейном и поясничном отделах позвоночного столба.
10. Мышцы живота.
11. Мышцы, участвующие в наклонах и ротации туловища.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2, Теме 2.4.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2.4:

1. В чем заключается правильная посадка учащегося за ученической партой?
2. Перечислите требования, предъявляемые к школьной мебели.
3. Какая температура в учебных помещениях является оптимальной?
4. Какой возраст является оптимальным для начала школьного обучения?
5. Каковы требования к составлению школьного расписания?
6. Перечислите фазы работоспособности школьников на уроке.
7. От чего зависит время наступления утомления во время урока?

Перечень тем рефератов к Теме 2.4:

1. Гигиенические требования к школьной мебели.
2. Гигиенические требования к воздушной среде учебных помещений.
3. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса.
4. Гигиеническая организация урока, перемены. Гигиена чтения и письма.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;

4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;

5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;

6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Здоровье и факторы его формирования.

Тема лекционного занятия: Тема 1.1. Понятие здоровья, основные признаки нарушения здоровья

Цели занятия: сформировать представление о факторах, определяющих здоровье,

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие «здоровье». Определение здоровья по ВОЗ. Цели и задачи изучения состояния здоровья населения. Уровни здоровья. Здоровье и болезнь. Переходное состояние. Факторы, влияющие на здоровье человека, их соотношение. Образ жизни и виды активности: трудовая, внетрудовая, социальная, культурная, медицинская, экология и здоровье: воздушная среда, водная среда, состояние педосферы, экология жилых и общественных помещений, климатические факторы. Здоровье и наследственность. Биологические и социальные компоненты наследственность человека. Состояние здравоохранения: качество, своевременность, полнота, адекватность, экономичность.

Взаимодействие с аудиторией:

- Дайте определение понятиям «здоровье», «переходное состояние», «болезнь».
- Назовите основные компоненты здоровья.
- Какие факторы оказывают влияние на состояние здоровья человека?
- Назовите основные причины неадекватного отношения человека к здоровью.
- Как можно оценить физическое здоровье человека?
- Какие методики используются для оценки психического здоровья человека?
- Назовите показатели социального здоровья человека с позиций личности и общества.

Тема лекционного занятия: **Тема 1.2. Основы здорового образа жизни**

Цели занятия: сформировать представление о здоровом образе жизни, факторах, определяющих здоровый образ жизни.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Определение. Составляющие ЗОЖ: организация питания, режим труда и отдыха, организация сна, двигательная активность, личная гигиена и закаливание, профилактика вредных привычек, культура сексуального поведения и планирование семьи, культура межличностного общения. Принципы ЗОЖ.

Взаимодействие с аудиторией:

- Дайте определение понятию «здоровый образ жизни».
- Укажите биологические и социальные принципы здорового образа жизни.
- Назовите основные составляющие здорового образа жизни, кратко охарактеризуйте компоненты здорового образа жизни.
- Раскройте особенности развития организма 18–25 лет.
- Какие факторы влияют на здоровье студентов?
- Как можно оценить образ жизни человека?
- Назовите причины повышения роли физической культуры в современном обществе.
- Понятие рационального питания.
- Режим питания студентов.
- Перечислите основные пищевые вещества и дайте им характеристику.
- Роль воды в организме человека. Питьевой режим в течение суток.
- Что такое пирамида здорового питания?
- Понятие режима дня и его значение для организма.
- Биоритмологическая организация функций организма человека.
- Изменение функций организма в динамике циркадианного биоритма.
- Изменение умственной работоспособности в течение дня и в течение недели.
- Организация рационального режима дня студентов.
- Сон, его виды и роль для организма.
- Табакокурение. Влияние на состояние здоровья человека. Личная и социальная опасность.
- Употребление алкоголя. Влияние на состояние здоровья человека. Личная и социальная опасность.
- Употребление наркотиков. Влияние на состояние здоровья человека. Личная и социальная опасность.
- Что можно порекомендовать тем, кто хочет избавиться от вредных привычек?
- Основные условия регуляции психоэмоционального состояния студентов и их характеристика.

Раздел 2. Основы оказания первой помощи при различных состояниях

Тема лекционного занятия: **Тема 2.1. Предмет, задачи и организация оказания первой помощи**

Цели занятия:

- раскрыть основные положения нормативно-правовых документов и актов, регулирующих оказание первой помощи пострадавшим;
- сформировать понимание основ оказания первой помощи при различных состояниях

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией: Определение понятия «первая помощь». Основные нормативно-правовые акты, регламентирующие оказание первой помощи. Перечень состояний, требующих оказания первой помощи. Перечень мероприятий первой помощи и последовательность их выполнения на месте происшествия. Оценка обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи на месте происшествия. Правила и порядок осмотра пострадавшего, основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания, кровообращения. Определение приоритетности оказания первой помощи.

Взаимодействие с аудиторией:

- Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях.
- Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

- Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи.
- Определение наличия сознания у пострадавшего.
- Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего.
- Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни.
- Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей.
- Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения.
- Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, и по оказанию первой помощи в случае выявления указанных состояний.
- Придание пострадавшему оптимального положения тела.
- Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказание психологической поддержки.

Тема лекционного занятия: **Тема 2.2. Оказание первой помощи при различных состояниях**

Цели занятия: сформировать представление о мерах безопасности при оказании первой помощи, профилактике ВИЧ-инфекции;

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией: Меры безопасности при оказании первой помощи, профилактика ВИЧ-инфекции.

Назначение, устройство и правила пользования аптечкой индивидуальной, пакетом перевязочным медицинским индивидуальным, сумкой медицинской санитарной.

Назначение, устройство и правила пользования пакетом противохимическим индивидуальным, перевязочным материалом.

Аптечка индивидуальная. Состав, правила пользования. Использование содержимого: для обезболивания, при отравлении фосфороорганическими отравляющими веществами, для профилактики инфекционных заболеваний.

Виды перевязочного материала: марля, бинты, легнин, косынки, индивидуальный перевязочный материал, салфетки.

Понятие о видах транспортировки. Показания к самостоятельной транспортировке пострадавшего. Сопровождение пострадавшего. Средства транспортировки.

Переноска пострадавших одним двумя и более добровольцами. Приемы переноски. Особенности извлечения и перекладывания пострадавших с подозрением на травму позвоночника, таза. Погрузка и размещение пострадавших внутри транспортных средств.

Классификация состояний, угрожающих жизни пострадавших и внезапно заболевших. Характеристика терминальных состояний, клинической смерти. Принципы и методы оказания неотложной доврачебной помощи при терминальных состояниях и клинической смерти. Техника непрямого массажа сердца и искусственного дыхания. Правила пользования роторасширителем, воздуховодом. Особенности реанимационных мероприятий при утоплении и поражении электрическим током.

Классификация острых заболеваний дыхательной системы. Основные клинические признаки и экстренная доврачебная помощь при бронхиальной астме, воспалении легких, плеврите. Клиническая характеристика коматозных состояний. Клиника и первая помощь при гипер- и гипогликемической коме. Оказание первой помощи при тепловом ударе. Признаки острого нарушения проходимости дыхательных путей.

1. Классификация острых заболеваний сердечнососудистой системы. Основные клинические признаки и экстренная доврачебная помощь при стенокардии и инфаркте миокарда, гипертоническом кризе, нарушениях сердечного ритма.

2. Классификация аллергических заболеваний. Симптомы аллергических реакций. Первая доврачебная помощь при крапивнице, укусах насекомых. Первая помощь при анафилактическом шоке.

3. Основные свойства АХОВ. Пути попадания АХОВ в организм. Диагностика острых отравлений АХОВ. Первая медицинская и доврачебная помощь при острых отравлениях АХОВ (угарный газ, аммиак, хлор, метан). Лечебные мероприятия у пострадавших: - с химическими поражениями отравляющими веществами; - с острыми отравлениями лекарственными средствами; - с бытовыми отравлениями.

4. Виды травматизма. Характеристика закрытых повреждений мягких тканей. Клиника, диагностика, ушибов, особенности оказания первой доврачебной помощи при ушибах мягких тканей. Симптомы повреждения связочного аппарата и мышц конечностей. Принципы оказания первой доврачебной медицинской помощи при ушибах, закрытых повреждениях связочного аппарата суставов, мышц. Особенности оказания доврачебной медицинской помощи при синдроме длительного сдавления. Классификация повреждений костей и суставов, достоверные и вероятные признаки переломов. Клиническая картина наиболее часто встречающихся травматических вывихов. Доврачебная помощь при подозрении на наличие перелома, вывиха. Показания и средства транспортной иммобилизации. Правила наложения табельных транспортных шин при открытых и закрытых повреждениях конечностей.

5. Классификация ран. Клиническая характеристика колотых, резаных, рубленых, рваных, рвано-размозженных, ушибленных, огнестрельных, укушенных ран. Объем неотложной первой медицинской и доврачебной помощи при ранениях. Общие понятия о раневом процессе. Местные признаки ранних раневых осложнений, пути их профилактики и лечения. Классификация кровотечений. Достоверные и вероятные признаки наружных артериальных, венозных, смешанных, внутриполостных кровотечений. Способы остановки наружных кровотечений. Классификация повязок. Виды мягких повязок, применяющихся в практике. Общие правила бинтования и наложения мягких повязок. Основные виды бинтовых повязок, техника их наложения на голову, туловище, конечности. Правила пользования индивидуальным перевязочным пакетом. Контурные повязки на грудную клетку. Косыночные повязки. Техника наложения косыночных повязок. Использование сетчатого эластичного бинта для фиксации асептических повязок на различные участки тела.

6. Особенности дорожно-транспортных происшествий. Механизмы поражающего действия при дорожно-транспортном происшествии. Нарушение функции жизненно-важных органов и систем при дорожно-транспортных происшествиях. Травматический шок. Фазы травматического шока. Степени тяжести торпидной фазы травматического шока. Клиника травматического шока. Профилактика травматического шока. Использование аптечки автомобильной.

7. Классификация ожогов и отморожений. Способы определения площади глубины термических поражений. Основные клинические признаки периодов ожоговой болезни. Критерии тяжести состояния обожженных. Принципы оказания доврачебной помощи при термических поражениях. Объем первой помощи при ожогах концентрированными растворами кислот и щелочей.

Основные инфекционные заболевания. Правила измерения температуры. Типы температурных кривых. Первая помощь при лихорадочных состояниях. Острые пищевые отравления. Правила промывания желудка. Особенности транспортировки инфекционных больных.

Взаимодействие с аудиторией:

- Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения.
- Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны.
- Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств.
- Способы и правила переноски и транспортировки пострадавших.

- Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, отморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах.
- Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
- Основы ухода за больными.
- Возможный состав домашней медицинской аптечки.

Раздел 3. *Уход за пострадавшими и больными.*

Тема лекционного занятия: **Тема 3.1. Оценка функционального состояния организма человека.**

Цель занятия раскрыть основные общие принципы ухода за пострадавшими и больными;

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией: Определение физиологических показателей организма человека. Измерение температуры. Термометрия и ее способы. Исследование пульса. Измерение артериального давления. Подсчет частоты дыхательных движений.

Взаимодействие с аудиторией:

- Дайте характеристику удовлетворительному состоянию пациенту, состоянию средней степени тяжести, тяжелому состоянию.
- Перечислите варианты состояния сознания пациента.
- Перечислите типы телосложения человека, дайте характеристику каждому из них.
- Перечислите виды положений пациента в постели.
- Перечислите характеристики, по которым проводится оценка состояния кожных покровов.
- Что означают такие характеристики цвета кожных покровов, как гиперемия, цианоз, иктеричность?
- Назовите наиболее точные места измерения пульса. Назовите случаи, когда нельзя измерять пульс.
- Показатели артериального давления в норме?
- Показали ЧДД у взрослого в норме?

Тема лекционного занятия: **Тема 3.2. Основы ухода за пострадавшими и больными**

Цель занятия раскрыть основные общие принципы ухода за пострадавшими и больными;

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Лекция с элементами беседы, демонстрация наглядного материала.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией**:** Общие принципы ухода за пострадавшими и больными. Санитарная обработка. Постельное белье и постельные принадлежности. Кормление. Уход за полостью рта, носом, глазами. Стрижка ногтей.

Особенности ухода при отморожениях, ожогах.

Особенности ухода при носовых кровотечениях, травме лица.

Особенности ухода за больными, находящимися на вытяжении, в гипсовой повязке.

Лекарственные формы. Характеристика способов введения лекарственных средств в организм, их преимущества и недостатки. Составление походной, домашней, автомобильной аптечек. Правила хранения и пользования лекарственными средствами. Десмургия. Правила наложения бинтовых повязок.

Взаимодействие с аудиторией:

- Основы ухода за больными.
- Пролежни. Предупреждение пролежней.
- Правила хранения и пользования лекарственными средствами.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Здоровье и факторы его формирования.

Тема занятия: Тема 1.1 Понятие здоровья, основные признаки нарушения здоровья

Формы практических заданий: устный опрос, доклад

Вопросы к обсуждению:

1. Методологические подходы к определению понятия «здоровье».
2. Определение понятия "здоровье", принятое Всемирной организацией здравоохранения.
3. Норма и патология.
4. Здоровье и болезнь. Переходное состояние.
5. Факторы, определяющие здоровье человека, и их значение.
6. Основные компоненты здоровья человека и их характеристика: соматическое, физическое, репродуктивное, психическое, социальное
7. Критерии здоровья.
8. Отношение населения к здоровью.
9. Оценка здоровья.

Темы докладов:

1. Системный подход в решении проблем здоровья.
2. Качество жизни как уровень комфортности человека в обществе.
3. Порядок формирования государственной политики в области охраны здоровья граждан в Российской Федерации.
4. Социальное здоровье населения и национальная безопасность общества.
5. Последствия острых и хронических воздействий ионизирующего излучения на организм человека.
6. Значение ультрафиолетового облучения для человеческого организма.
7. Влияние урбанизации на здоровье человека.
8. Качество питания в сохранении и укреплении здоровья.
9. Адаптация человека к экстремальным факторам внешней среды.
10. Двигательная активность и ее влияние на здоровье.
11. Место образа жизни в структуре причин, обуславливающих современную патологию.
12. Гигиеническое обучение и воспитание населения в формировании здоровья и здорового стиля жизни.
13. Влияние на здоровье психоэмоционального напряжения человека в современном обществе.
14. Сексуальная культура. Факторы риска для здоровья.
15. Роль медицинской активности для индивидуальной профилактики заболеваний.

Тема занятия: **Тема 1.2. Основы здорового образа жизни**

Формы практических заданий: устный опрос, доклад

Вопросы к обсуждению:

1. Основные составляющие здорового образа жизни.
2. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления.
3. Права и ответственность человека за сохранение и укрепление своего здоровья.
4. Социально-гигиенические основы вредных привычек.
5. Профилактика раннего алкоголизма, табакокурения, наркомании и токсикомании.

1. Темы докладов:

1. Основные компоненты здорового образа жизни.
2. Роль закаливания в повышении устойчивости организма к неблагоприятному воздействию факторов среды.
3. Сбалансированное питание как фактор здорового образа жизни.

4. Физическая активность как фактор здорового образа жизни (ЗОЖ).
5. Рациональный режим труда и отдыха.
6. Психологический микроклимат как фактор здорового образа жизни.
7. Роль здоровой семьи как фактор здорового образа жизни
8. Аддиктивное поведение, понятие, причины.
9. Профилактика аддиктивного поведения.
10. Значение гигиенической культуры в формировании ЗОЖ.
11. Вредные привычки и здоровый образ жизни.
12. Алкоголизм. Виды, профилактика.
13. Табакокурение. Курительные смеси, профилактика.
14. Игромания, причины, профилактика.
15. Влияние на организм человека психоактивных веществ и формирование зависимости.
16. Наркотики и злоупотребление психоактивными веществами.
17. Средства физической культуры как фактор оздоровления человека.
18. Медицинский осмотр (обследования) для допуска к занятиям физической культурой и участию в массовых спортивных соревнованиях.
19. Противопоказания для занятия физкультурой и спортом.

Раздел 2. Основы оказания первой помощи при различных состояниях

Тема занятия: Тема 2.1 Предмет, задачи и организация оказания первой помощи

Формы практических заданий: устный опрос
Вопросы к обсуждению:

20. Универсальный алгоритм оказания первой помощи
21. Оценка обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи на месте происшествия
22. Юридическая безопасность первой помощи
23. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь
24. Основные нормативно-правовые акты, регламентирующие оказание первой помощи
25. Поощрение за оказание первой помощи
26. Правила и порядок осмотра пострадавшего, основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания, кровообращения. определение приоритетности оказания первой помощи

8. Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших

Тема занятия: Тема 2.2 Оказание первой помощи при различных состояниях

Формы практических заданий: демонстрация сформированности практических навыков

Вопросы к обсуждению:

1. Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи:
- определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья;
- определение угрожающих факторов для жизни и здоровья пострадавшего;
- устранение угрожающих факторов для жизни и здоровья;
- прекращение действия повреждающих факторов на пострадавшего;
- оценка количества пострадавших;
- извлечение пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
- перемещение пострадавшего.

2. Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего:

– запрокидывание головы с подъемом подбородка;
– выдвижение нижней челюсти;
– определение наличия дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
– определение наличия кровообращения, проверка пульса на магистральных артериях

3. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни:

– давление руками на грудину пострадавшего;
– искусственное дыхание «Рот ко рту»;
– искусственное дыхание «Рот к носу»;
– искусственное дыхание с использованием устройства для искусственного дыхания.

4. Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей:

– придание устойчивого бокового положения;
– запрокидывание головы с подъемом подбородка;
– выдвижение нижней челюсти.

5. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения:

– обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
– пальцевое прижатие артерии;
– наложение жгута;
– максимальное сгибание конечности в суставе;
– прямое давление на рану;
– наложение давящей повязки.

6. Наложение повязок при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионной (герметизирующей) при ранении груди;

7. Проведение фиксации (с помощью подручных средств, аутоиммобилизация, с использованием изделий медицинского назначения);

8. Фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения);

9. Прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего (промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты, удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой);

10.Местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения; Термоизоляция при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур.

Раздел 3. *Уход за пострадавшими и больными*

Тема занятия: Тема 3.1 Оценка функционального состояния организма человека

Формы практических заданий: демонстрация сформированности практических навыков

Вопросы к обсуждению:

- измерения температуры тела
- определения частоты дыхательных движений
- определения пульса и регистрацию показателей
- измерения АД
- измерения роста и массы тела

Тема занятия: Тема 3.2 Основы ухода за пострадавшими и больными

Формы практических заданий: демонстрация сформированности практических навыков

Вопросы к обсуждению:

- смены нательного белья
- гигиенической помывки
- кормления
- перемещения пострадавшего/больного в постели
- перекладывания (пересаживания) на каталку
- туалета половых органов
- применения грелки
- подачи мочеприемника и судна
- подготовки перевязочных материалов

Продемонстрируйте технику:

- наложение давящей повязки.
- наложение артериального жгута.
- наложение давящей повязки.
- наложение воздухонепроницаемой повязки.
- приема «запрокидывание головы — поднятие подбородка».
- проведения первичной сердечно-легочной реанимации

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Здоровье и факторы его формирования	Подготовка к опросу
	Подготовка доклада
	Самостоятельное изучение материала
Раздел 2. Основы оказания первой помощи при различных состояниях	Самостоятельное изучение материала
Раздел 3. Уход за пострадавшими и больными	Самостоятельное изучение материала

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Вопросы для самостоятельной работы к Разделу 1

1. Среда обитания и факторы риска.
2. Основные факторы, определяющие здоровье.
3. Факторы природной среды (климат, рельеф, флора и фауна местности и др.).
4. Биологические факторы.
5. Психологические факторы.
6. Адаптационные свойства организма, темперамент, конституция.
7. Социально-экономические факторы: социально-экономическое состояние общества, условия жизни, труда, быта и др.
8. Медицинские факторы – состояние здравоохранения, развитие медико-санитарных служб, недостатки в организации медицинской помощи, медицинская активность населения.
9. Виды факторов риска. Значение факторов риска в формировании здоровья.
10. Факторы риска, связанные с урбанизацией и бытовой средой.

11. Генетические факторы риска.
12. Факторы риска, зависящие от образа жизни.
13. Понятие и определение адаптации.
14. Акклиматизация. Понятие и определение.
15. Общие закономерности адаптивного процесса.
16. Механизмы адаптации.
17. Условия, влияющие на адаптацию.
18. Типы адаптаций.
19. Понятие о стрессе как механизме адаптации.
20. Влияние стресса на здоровье человека.
21. Дистресс.
22. Профилактика стресса.

Перечень тем докладов к Разделу 1:

1. Основные компоненты здорового образа жизни.
2. Роль закаливания в повышении устойчивости организма к неблагоприятному воздействию факторов среды.
3. Сбалансированное питание как фактор здорового образа жизни.
4. Физическая активность как фактор здорового образа жизни (ЗОЖ).
5. Рациональный режим труда и отдыха.
6. Психологический микроклимат как фактор здорового образа жизни.
7. Роль здоровой семьи как фактор здорового образа жизни
8. Аддиктивное поведение, понятие, причины.
9. Профилактика аддиктивного поведения.
10. Значение гигиенической культуры в формировании ЗОЖ.
11. Вредные привычки и здоровый образ жизни.
12. Алкоголизм. Виды, профилактика.
13. Табакокурение. Курительные смеси, профилактика.
14. Игромания, причины, профилактика.
15. Влияние на организм человека психоактивных веществ и формирование зависимости.
16. Наркотики и злоупотребление психоактивными веществами.
17. Средства физической культуры как фактор оздоровления человека.
18. Медицинский осмотр (обследования) для допуска к занятиям физической культурой и участию в массовых спортивных соревнованиях.
19. Противопоказания для занятия физкультурой и спортом.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Вопросы для самостоятельной работы к Разделу 2

1. Понятие о смерти и ее этапах.
2. Классификация терминальных состояний и их клинические проявления.
3. Клиническая смерть. Биологическая смерть.
4. Признаки клинической и биологической смерти.
5. Объем и очередность первой помощи при терминальных состояниях.
6. Основные приемы сердечно-легочной реанимации.
7. Сердечно-легочная реанимация.
8. Базовый комплекс реанимационных мероприятий.
9. Удаление инородного тела из дыхательных путей.
10. Искусственное дыхание.
11. Основные правила проведения закрытого массажа сердца.
12. Критерии прекращения СЛР.
13. Этапы сердечно-легочной реанимации.

14. Неотложные состояния при заболеваниях, первая помощь: стенокардия («грудная жаба»); инфаркт миокарда («сердечный приступ»); ишемическая болезнь сердца; гипертонический криз; инсульт; эпилепсия; отравление.

15. Травмы опорно-двигательного аппарата, принципы иммобилизации и транспортировки.

16. Вывих. Признаки, первая помощь.

17. Растяжение. Признаки, первая помощь.

18. Перелом. Признаки перелома. Меры по оказанию первой помощи при переломах.

19. Правила иммобилизации при различных переломах.

20. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

21. Раны. Классификация ран, их особенности.

22. Раневая инфекция.

23. Пневмоторакс. Виды.

24. Инфицированные раны.

25. Кровотечения: виды, опасности. Классификация кровотечений.

26. Общие признаки кровопотери.

27. Признаки артериального, венозного, смешанного, капиллярного кровотечений.

28. Кровопотеря легкой, средней и тяжелой степеней.

29. Первая помощь при наружных кровотечениях.

30. Кровотечение при переломах.

31. Основные правила десмургии – учения о повязках, их правильном применении и наложении при различных повреждениях и заболеваниях.

32. Повязки, материалы, используемые для наложения повязок.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Вопросы для самостоятельной работы к Разделу 3

1. Общий и специальный уход за больными и пострадавшими.

2. Рекомендуемые средства для ухода за пострадавшими и больными.

3. Специальный уход за больными и пострадавшими в ЧС: пожилого и детского возраста; находящимися в тяжелом состоянии; в период подготовки к операции и послеоперационном периоде.

4. Особенности ухода за больными и пострадавшими в ЧС с повреждением опорно-двигательного аппарата; ожогами и отморожениями; ранениями и травмой головы и груди. Лечебные процедуры и манипуляции: характеристика, назначение.

5. Правила и техника выполнения простейших лечебных процедур и манипуляций.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ЗДОРОВЬЕ И ФАКТОРЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ

Сфера влияния	Факторы, укрепляющие здоровье	Факторы риска
Образ жизни 50%	отсутствие вредных привычек	курение, алкоголь, наркотики, токсикомания, злоупотребление лекарствами
	рациональное, сбалансированное питание	Несбалансированное в количественном и качественном отношенияхпитание
	адекватная физическая активность	гиподинамия и гипокинезия, гипердинамия
	здоровый психологический климат в семье и на работе	стрессовые ситуации

	внимательное отношение к своему здоровью	недостаточная медицинская активность
Внешняя среда 20%	Микросреда	
	отсутствие вредных факторов производства	вредные условия труда и обучения
	хорошие материально-бытовые условия	плохие материально-бытовые условия
	оседлый образ жизни	миграционные процессы
	Макросреда	
	благоприятные климатическиеи природные условия	Неблагоприятные климатические и природныеусловия
	экологически чистая среда обитания	загрязнение окружающей среды
Биологические факторы 20%	здоровая наследственность	Наследственная предрасположен-ность и наличие наследственных заболеваний
	отсутствие возрастных, половых и конституциональных особенностей, способствующих возникновению заболевания; достаточные функциональные резервы организма	возрастные, половые, конституцио-нальные особенности, влияющие на возникновение заболевания; низкие резервные возможности организма
Организация медицинской помощи 10%	высокий уровень медицинской помощи	Некачественное медицинское обслуживание

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ СОСТОЯНИЯХ

ПЕРЕЧЕНЬ СОСТОЯНИЙ, ПРИ КОТОРЫХ ОКАЗЫВАЕТСЯ ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ, ПЕРЕЧЕНЬ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ЕЕ ОКАЗАНИЮ

В соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь и перечня мероприятий по оказанию первой помощи», первая помощь оказывается при следующих состояниях:

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела верхних дыхательных путей.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
8. Отравления.



СПОСОБЫ ИЗВЛЕЧЕНИЯ И ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ПОСТРАДАВШЕГО ИЗ АВТОМОБИЛЯ ИЛИ ТРУДНОДОСТУПНОГО МЕСТА

Прежде всего, убедитесь в собственной безопасности!

Когда нужно извлекать пострадавшего из автомобиля или другого труднодоступного места:

- При наличии угрозы для его жизни и здоровья.
- При невозможности оказания первой помощи в тех условиях, в которых находится пострадавший.

Пострадавший в сознании **Пострадавший без сознания**










При переносе пострадавших нельзя идти «в ногу»!

ПРОСТЕЙШИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ПРИ НЕПОСРЕДСТВЕННОМ КОНТАКТЕ С ЧЕЛОВЕКОМ, ЕГО КРОВЬЮ И ДРУГИМИ БИОЛОГИЧЕСКИМИ ЖИДКОСТЯМИ

Для снижения риска заражения при оказании первой помощи следует использовать медицинские перчатки (для защиты рук) и защитные устройства для проведения искусственного дыхания «рот-устройство-рот», находящиеся в аптечках первой помощи. В настоящее время в России производятся устройства для искусственного дыхания различных конструкций. С правилами их использования можно ознакомиться в инструкциях, прилагаемых производителем каждого конкретного устройства.

В состав аптечки для оказания первой помощи работникам входят медицинские 3-слойные маски из нетканого материала, которые применяются для снижения риска инфицирования человека, оказывающего первую помощь.

В случае попадания крови и других биологических жидкостей на кожу следует немедленно смыть их проточной водой, тщательно вымыть руки. При наличии спиртовых антисептические салфеток из бумажного текстилеподобного материала (находятся в аптечке для оказания первой помощи работникам) необходимо обработать кожу с их помощью.

После проведения искусственного дыхания рекомендуется прополоскать рот.

Придание пострадавшему оптимального положения тела



Устойчивое боковое положение.
1. Без сознания.
2. При частой рвоте.
3. В случаях ожогов спины и ягодиц.



Положение на спине с приподнятыми и согнутыми в коленях ногами.
1. При травмах брюшной полости.
2. При большой кровопотере или при подозрении на внутреннее кровотечение.



Положение лягушки с подложенным под колени валиком.
При подозрении на перелом костей таза.



Положение сидя или полусидя.
При травмах грудной клетки.



Положение на спине, на твердой ровной поверхности.
При подозрении на травму позвоночника.

АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕНИЯ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ.

1. СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ СОЗНАНИЯ И ДЫХАНИЯ

2.



Для проверки сознания аккуратно потормоши пострадавшего за плечи и спроси: «Что с Вами? Помощь нужна?».



Открой дыхательные пути. Для этого одну руку следует положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой поднять подбородок и запрокинуть голову. Наклонись щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего, смотри на его грудную клетку.

Прислушайся к дыханию, ощути выдыхаемый воздух на своей щеке, установи наличие или отсутствие движений грудной клетки (в течение 10 секунд).



При отсутствии дыхания поручи помощнику вызвать скорую медицинскую помощь: «Человек не дышит. Вызовите скорую помощь. Сообщите мне, что вызвали».

АЛГОРИТМ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ

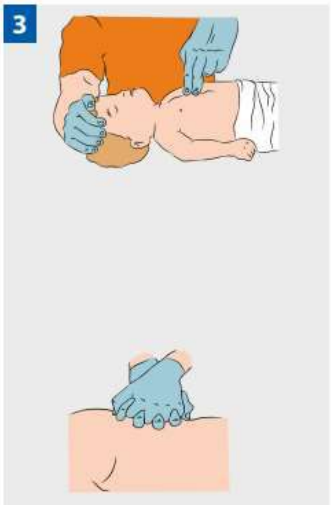
ПРОВОДИТСЯ ТОЛЬКО НА ТВЁРДОЙ РОВНОЙ ПОВЕРХНОСТИ!



Положи основание ладони на середину грудной клетки.



Возьми руки в замок. Руки выпрями в локтевых суставах, плечи расположи над пострадавшим так, чтобы давление осуществлялось перпендикулярно плоскости грудины.
Давление руками на грудину пострадавшего выполняй весом всего туловища, на глубину 5-6 см с частотой 100-120 в минуту.



Детям до 1 года давление на грудину производится двумя пальцами.

Детям более старшего возраста - одной или двумя руками (пальцы рук берутся в замок).

У взрослых основание ладони одной руки помещается на середину грудной клетки пострадавшего, вторая рука помещается сверху первой, кисти рук берутся в замок

Последовательность проведения искусственного дыхания



Запрокинь голову пострадавшего, положив одну руку на его лоб, приподняв подбородок двумя пальцами другой руки.



Зажми нос пострадавшего двумя пальцами. Сделай свой нормальный вдох, герметично обхватив своими губами рот пострадавшего, и выполни равномерный выдох в его дыхательные пути в течение 1 секунды, наблюдая за подъемом его грудной клетки. На 2 вдоха искусственного дыхания должно быть потрачено не более 10 секунд.

При проведении этого мероприятия рекомендуется использовать устройство для проведения искусственного дыхания «рот-устройство-рот», входящее в состав аптечек.



Чередуй 30 надавливаний на грудину с 2 вдохами искусственного дыхания, независимо от количества человек, проводящих реанимацию.

Сердечно-легочную реанимацию можно прекратить в следующих случаях:
– прибытие бригады скорой медицинской помощи;
– появление у пострадавшего явных признаков жизни;
– невозможность продолжения сердечно-легочной реанимации ввиду физической усталости (необходимо привлечь помощника).

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОЛНОМ НАРУШЕНИИ ПРОХОДИМОСТИ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ИНОРОДНЫМ ТЕЛОМ



У взрослых.
Встань позади пострадавшего, наклони его вперёд, основанием ладони нанеси 5 резких ударов между лопатками. После каждого удара проверяй – не удалось ли устранить непроходимость.



Если инородное тело не удалено, обхвати пострадавшего руками на уровне верхней части живота. Сожми одну руку в кулак и помести его над пупком большим пальцем к себе. Обхвати кулак другой рукой и резко надави на его живот в направлении внутрь и кверху. Повтори серию надавливаний 5 раз.



У беременных женщин или тучных пострадавших (нельзя или невозможно сделать толчки в живот!)
Начни с ударов между лопатками, надавливания делай на нижнюю часть грудной клетки.



Если пострадавший потерял сознание – начни сердечно-лёгочную реанимацию. При этом следи за возможным появлением инородного тела во рту для того, чтобы своевременно удалить его.



После восстановления дыхания придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!



У детей.
Признаки: Ребенок задыхается, не способен говорить, внезапно становится синюшным, может потерять сознание. Положи ребенка на предплечье своей руки, головой вниз, придерживая его голову, нанеси 5 ударов между лопатками.



В случае, если хлопки не помогли, сделай 5 толчков двумя пальцами в нижнюю часть грудной клетки. Повторяй эти мероприятия до тех пор, пока инородный предмет не будет извлечён.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НАРУЖНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ



Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает. Используй медицинские перчатки для защиты от биологических жидкостей пострадавшего. Переместите пострадавшего (при необходимости).



Проверь у пострадавшего сознание.



Если пострадавший в сознании, быстро (в течение 1-2 секунд) проведи обзорный осмотр для определения сильного наружного кровотечения.



Выполни остановку кровотечения наиболее подходящим способом или их комбинацией.

Способы временной остановки наружного кровотечения



Выполни прямое давление на рану.



Наложи давящую повязку. Закрой рану несколькими сложенными салфетками или несколькими туго свернутыми слоями марлевого бинта. Туго забинтуй сверху. Если повязка промокает, поверх нее наложи еще несколько плотно свернутых салфеток и крепко надави ладонью поверх повязки.



Если давящая повязка и прямое давление на рану неэффективны или сразу было обнаружено артериальное кровотечение из крупной артерии (бедренная, плечевая), выполни пальцевое прижатие артерии. Её следует сильно прижать к кости до остановки кровотечения.

До наложения жгута не отпускай прижатую артерию, чтобы не возобновилось кровотечение. Если начал уставать, попроси кого-либо из присутствующих прижать твои пальцы сверху.

Точки прижатия артерий



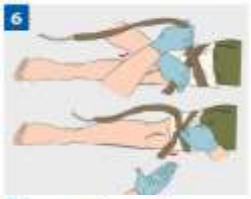
1. Сонная
2. Плечевая
3. Подмышечная
4. Бедренная

На конечностях точка прижатия артерии к кости должна быть выше места кровотечения. На шее – ниже раны.



Жгут – крайняя мера временной остановки артериального кровотечения!

Наложи кровоостанавливающий жгут. Он накладывается на мягкую подкладку (элемент одежды пострадавшего) выше раны и как можно ближе к ней.



Подведи жгут под конечность и растяни.

Затяни первый виток жгута и убедись, что кровотечение из раны прекратилось.



Наложи последующие витки жгута с меньшим усилием по восходящей спирали, захватывая предыдущий виток примерно наполовину.



Вложи под жгут записку с указанием даты и точного времени наложения. Не закрывай жгут повязкой или шиной! Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно превышать 60 мин. в теплое время года и 30 мин. в холодное.



Эффективно можно остановить наружное кровотечение максимальным сгибанием конечности в суставе. Например, при травме бедра сверток из ткани или несколько бинтов вложи в область паховой складки, нижнюю конечность согни в тазобедренном суставе (притягивая колено к груди) и зафиксируй руками, бинтом или подручными средствами.



При значительной кровопотере уложи пострадавшего с приподнятыми ногами.

Если максимальное время наложения жгута истекло, а медицинская помощь недоступна, сделай следующее:

1. Осуществи пальцевое прижатие артерии выше жгута.
2. Сними жгут на 15 минут.
3. По возможности выполни массаж конечности.
4. Наложи жгут чуть выше предыдущего места наложения (если это возможно).
5. Максимальное время повторного наложения — 15 минут

АЛГОРИТМ ПОДРОБНОГО ОСМОТРА ПОСТРАДАВШЕГО

Подробный осмотр производится с целью выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью пострадавшего.



Осмотри голову пострадавшего. Делай это максимально осторожно и аккуратно!



Выполни осмотр шеи пострадавшего.



Внимательно и осторожно осмотри грудь и спину пострадавшего.



Выполни осмотр живота и таза пострадавшего, действуй бережно и внимательно!



Осмотри каждую руку пострадавшего.



Выполни подробный осмотр ног пострадавшего.

При выявлении травм и других состояний, угрожающих жизни и здоровью пострадавшего, выполни соответствующие мероприятия первой помощи.

Первая помощь при травме головы



Останови кровотечение прямым давлением на рану и наложением давящей повязки. Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.



Контролируй наличие сознания и дыхания.



При отсутствии признаков жизни приступай к сердечно-легочной реанимации. Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.
Проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала.



После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!

Первая помощь при травмах глаз и век



При травмах глаз и век наложи повязку на оба глаза (если не закрывать повязкой оба глаза, то движения здорового глаза будут вызывать движение, боль и дополнительные повреждения в пострадавшем глазу).
Вызови скорую медицинскую помощь.

Передвигаться пострадавший должен только за руку с сопровождающим!

Первая помощь при носовом кровотечении



При носовом кровотечении усади пострадавшего, слегка наклони его голову вперёд. Сожми крылья носа на 15-20 минут. При этом пострадавший должен дышать ртом!



Приложи к переносице холод (мокрый платок, снег, лед).



Рекомендуй пострадавшему сплевывать кровь (при попадании крови в желудок может развиться рвота).



Если кровотечение в течение 15-20 минут не останавливается, вызови скорую медицинскую помощь.

Первая помощь при травме шеи



Прижми сонную артерию для остановки артериального кровотечения.
При венозном кровотечении выполни прямое давление на рану и наложи давящую повязку.



При подозрении на травму шейного отдела позвоночника (ДТП, падение с высоты, ныряние), если необходимо перемещение пострадавшего, фиксируй его голову и шею вручную предплечьями. При экстренном извлечении пострадавшего фиксируй его шею рукой.

Вызвать (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

Первая помощь при ранении грудной клетки



Признаки: кровотечение из раны на грудной клетке с возможным образованием пузырей и подсасыванием воздуха через рану.
При отсутствии в ране инородного предмета прижми ладонь к ране и закрой в нее доступ воздуха. Если рана сквозная, закрой входное и выходное раневые отверстия.



Закрой рану воздухонепроницаемым материалом (герметизируй рану), зафиксируй этот материал повязкой или пластырем.



Придай пострадавшему полусидячее положение с наклоном в пораженную сторону.



При наличии в ране инородного предмета зафиксируй его валиками из бинта, пластырем или повязкой.
Извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия запрещается!

Первая помощь при ранении живота



Запрещается вправлять в рану выпавшие внутренние органы.
Пострадавшему запрещено пить и есть! Для утоления чувства жажды–смачивай ему губы.



Вокруг выпавших органов положи валик из марлевых бинтов (защити выпавшие внутренние органы).



Поверх валиков наложи повязку. Не прижимая выпавшие органы, прибинтуй повязку к животу.



Наложи холод на повязку.



Защити пострадавшего от переохлаждения. Укутай теплыми одеялами, одеждой.
Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

Первая помощь при травмах конечностей







Если предполагается самостоятельная транспортировка пострадавшего–обеспечь неподвижность места переломов костей с помощью шин или подручных средств (ветка, доска), наложенных поверх одежды.

Правила иммобилизации (обездвиживания)



Иммобилизация выполняется с обездвиживанием двух соседних суставов, расположенных выше и ниже места перелома.



В качестве иммобилизующего средства можно использовать шины или плоские узкие предметы: палки, доски, линейки, прутья, фанеру, картон и др. Острые края и углы шин из подручных средств должны быть сглажены, обмотаны бинтом. После наложения шину необходимо зафиксировать бинтами или пластырем. При переломах шину накладывают поверх одежды и обуви.



При открытых переломах нельзя прикладывать шину к местам, где выступают наружу костные отломки.



Шину на всем протяжении (исключая уровень перелома) плотно прикрепить к конечностям бинтом, но не очень туго, чтобы не нарушалось кровообращение. При переломе нижней конечности шины накладывать с двух сторон.



При отсутствии шин или подручных средств поврежденную ногу можно иммобилизировать, прибинтовав ее к здоровой ноге, а руку — к туловищу.



Защити пострадавшего от переохлаждения, дай обильное теплое сладкое питьё.

Первая помощь при термических ожогах



Убедись, что тебе ничего не угрожает. Останови пострадавшего. Уложи его на землю.



Охлади ожоговую поверхность водой в течение 20 минут.



Потуши горящую одежду любым способом (например, накрой человека негорючей тканью).

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.



Пузыри не вскрывать. Из раны не удалять посторонние предметы и прилипшую одежду! Наложи на ожоговую поверхность стерильную повязку и холод поверх повязки. Дай обильное питьё.

Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе



При появлении признаков теплового (солнечного) удара (повышенная температура тела, влажная бледная кожа, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость потеря сознания, судороги, учащенное сердцебиение и дыхание) переведи (перенеси) пострадавшего в прохладное, проветриваемое место (в тень, к открытому окну).



При отсутствии признаков жизни приступай к сердечно-легочной реанимации (см. стр. 15-21). Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

Проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала.



После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!



Положи на голову, шею и паховую область смоченные в холодной воде полотенца (салфетки).



При судорогах удерживай голову и туловище пострадавшего, оберегая от травм.



При восстановлении сознания напои пострадавшего прохладной водой.

Первая помощь при отморожениях



Перемести пострадавшего в более теплое помещение.



Укрой поврежденные конечности и участки тела теплоизолирующим материалом (вата, одеяло, одежда). Согревание должно происходить «изнутри» с одновременным восстановлением кровообращения. **Пораженные участки нельзя активно согревать (опускать в горячую воду), растирать, массировать, смазывать чем-либо!**



Укутай пострадавшего в одеяла, при необходимости переодень в сухую одежду.



Дай обильное горячее сладкое питьё. Накорми горячей пищей.
Использование алкоголя запрещено!
Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

Первая помощь при общем переохлаждении



Вынеси (выведи) пострадавшего за пределы зоны поражения, обеспечив собственную безопасность.



Занеси пострадавшего в теплое помещение или согрей пострадавшего (укутай пострадавшего теплым одеялом, спасательным покрывалом, одеждой). Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.



Если пострадавший в сознании, дай обильное горячее сладкое питьё. Накорми горячей пищей.
Использование алкоголя запрещено!

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ

Первая помощь при поступлении токсического вещества через рот



Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь. Выясни обстоятельства происшедшего (в случае лекарственного отравления предъяви упаковку от лекарств прибывшему медицинскому работнику).

Если пострадавший в сознании, обеспечь промывание желудка. Дай пострадавшему большое количество воды (5-6 стаканов) и вызови рвоту, надавив двумя пальцами на корень языка. Общий объем принятой жидкости при промывании желудка должен быть 2,5–5 л. Промывание желудка проводить до «чистых промывных вод».



Если пострадавший без сознания, определи наличие у него самостоятельного дыхания.



При отсутствии признаков жизни приступай к сердечно-легочной реанимации (см. стр. 15-21). Проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала.



После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!



Укутай пострадавшего теплыми одеялами, одеждой.

Первая помощь при поступлении токсического вещества через дыхательные пути



Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничего не угрожает, вынеси пострадавшего в безопасное место или открой окна, проветри помещение.

Признаки отравления угарным газом: резь в глазах, звон в ушах, головная боль, рвота, потеря сознания, покраснение кожи.





Признаки отравления бытовым газом: тяжесть в голове, головокружение, шум в ушах, рвота, резкая мышечная слабость, усиление сердцебиения, сонливость, потеря сознания, непроизвольное мочеиспускание, побледнение (посинение) кожи, поверхностное дыхание, судороги.



После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение.
Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!

Первая помощь при поражении электрическим током



Обеспечь свою безопасность.
По возможности отключи источник тока.
При подходе к пострадавшему по земле иди мелкими шагами.





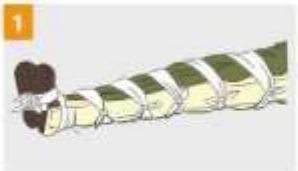
Сбрось с пострадавшего провод сухим, не проводящим ток, предметом (палка, пластик). Оттащи пострадавшего за одежду не менее чем на 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением.*





После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение.
Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!

Первая помощь при укусах ядовитых змей



Ограничь подвижность пострадавшей конечности. При укусе ноги прибинтуй ее к другой ноге.



При укусе руки — зафиксируй ее к туловищу в согнутом положении.





Первая помощь при укусах насекомых



При укусе насекомого удали жало из ранки.



Приложи холод к месту укуса. При возникновении аллергической реакции следует обратиться к врачу. Следи за состоянием больного до прибытия медицинского работника.

Первая помощь при поражениях глаз



При химических ожогах глаз или попадании в глаза инородных тел осторожно раздвинь веки пальцами, обильно промой глаза чистой водой (желательно комнатной температуры). Промывать глаза следует так, чтобы вода стекала от носа к виску.



Наложи повязку на оба глаза (если не закрыть повязкой оба глаза, то движения здорового глаза будут вызывать движения и боль в пострадавшем глазу). Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь. Передвигаться пострадавший должен только за руку с сопровождающим!

Первая помощь при обмороке



Признаки: бледность, внезапная кратковременная потеря сознания. Придай пострадавшему устойчивое боковое положение, ослабь галстук, расстегни ворот верхней одежды, ослабь брючный ремень, сними обувь, обеспечь доступ свежего воздуха.

Если сознание не восстанавливается более 3-5 минут, вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

В любом случае следует обратиться к врачу для обследования и определения причины обморока.

Первая помощь при сердечном приступе



Первая помощь при подозрении на инсульт



Кормление тяжелобольных пациентов в постели ложкой

Кормление.

- ✓ Проверить t горячей пищи, капнув несколько капель себе на тыльную поверхность кисти.
- ✓ Предложить выпить (лучше через трубочку) несколько глотков жидкости.
- ✓ Кормить медленно:
  - называть каждое блюдо, предлагаемое пациенту;
  - наполнять ложку на 2/3 твердой (мягкой) пищей;
  - коснуться ложкой нижней губы, чтобы пациент открыл рот;
  - приноситься ложкой к языку и извлечь пустую ложку;
  - дать время прожевать и проглотить пищу;
  - предлагать питье после нескольких ложек пищи.
- ✓ Вытирать (при необходимости) губы салфеткой.
- ✓ Предложить пациенту прополоскать рот водой после еды.



Завершение кормления:

- ✓ Убрать после еды посуду и остатки пищи.
- ✓ Вымыть руки.

Кормление тяжелобольных пациентов с помощью поильника

Кормление:



- ✓ Переместить пациента набок или, в положение Фаулера (если позволит его состояние).
- ✓ Прикрыть шею и грудь пациента салфеткой.
- ✓ Кормить пациента из поильника небольшими порциями (глотками).

Окончание кормления:

- ✓ Дать прополоскать рот водой после кормления.
- ✓ Убрать салфетку с пациента.
- ✓ Помочь пациенту занять удобное положение.
- ✓ Убрать остатки пищи. Вымыть руки.

Примечание: *В течение всей процедуры кормления пища должна быть теплой и выглядеть аппетитной.*

Смена нательного белья





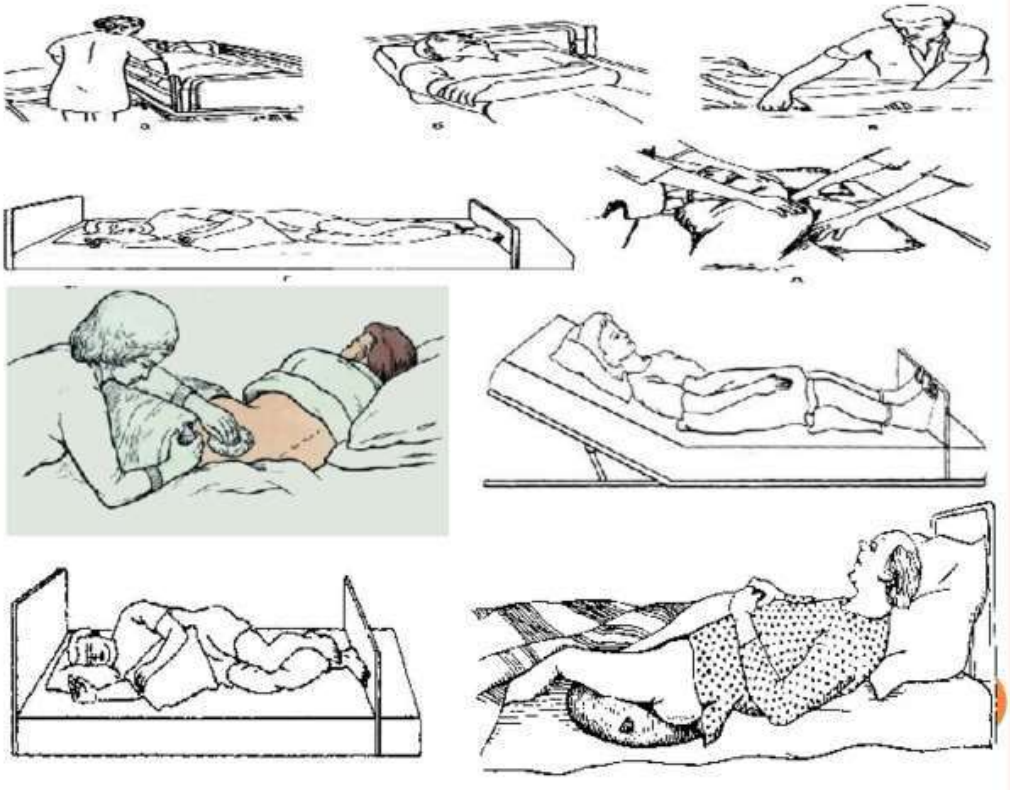
- Правой рукой поддерживают голову пациента за затылок, а левой рукой, захватив собранную на спине рубашку, аккуратно ее снимают, не касаясь грязной рубашкой лица пациента.
- Опускают голову пациента на подушку.
- Освобождают руки из рукавов: сначала здоровую, потом больную.
- Надеть чистую рубашку на тяжелобольного можно, выполняя все действия точно в обратной последовательности, т.е. собрав чистую рубашку по спине, надеть рукав на больную руку, затем на здоровую; сложить руки на груди и, поддерживая правой рукой голову пациента, левой рукой надеть рубашку через отверстие горловины на голову больного, расправить рубашку дома.

Смена постельного белья



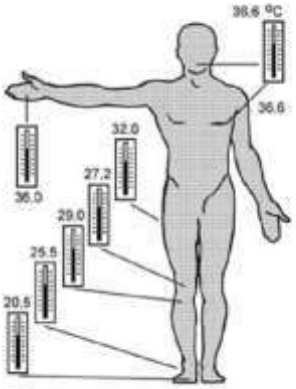


ПРОФИЛАКТИКА ПРОЛЕЖНЕЙ



Подача судна, мочеприемника тяжелобольному





Термометрия тела человека

Измерение температуры тела (термометрия)

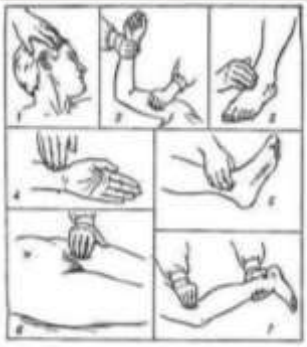
Измерение температуры тела проводится, как правило, дважды в день: утром в 7-8 ч и вечером в 17-18 ч. Следует отметить, что температура тела минимальная рано утром (между 3 и 6 ч), а максимальная - во второй половине дня (между 17 и 21 ч).

Чаще всего термометрию проводят в подмышечной впадине, реже в паховой складке (у детей).

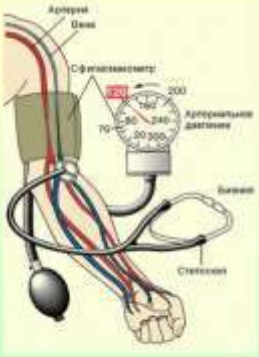
В областях, используемых для измерения температуры тела, не должно быть воспалительного процесса, так как последний даёт местное повышение температуры.



Методика измерения пульса на различных артериях



1 — височной;
2 — плечевой;
3 — тыльной артерии стопы;
4 — лучевой;
5 — задней большеберцовой;
6 — бедренной;
7 — подколенной.



- **Прибор надевают на руку; давление в нём увеличивают примерно до 200 миллиметров ртутного столба.**
- **Затем из сфигмоманометра медленно выпускают воздух, непрерывно прослушивая пульс.**
- **Таким образом последовательно находят сначала артериальное давление, а затем венозное.**

Давление крови измеряется сфигмоманометром (тонометром)

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных

средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Человек и среда обитания.

Цели:

- сформировать представление об основах профессиональной культуры безопасности жизнедеятельности;

- раскрыть основные положения о чрезвычайных и экстремальных ситуациях;

- формировать способность идентифицировать опасности и оценивать риски в сфере профессиональной деятельности.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1.1	Теоретические и методические подходы к анализу безопасности как социального явления. Цель, задачи и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Представление о системе «человек – среда обитания», её структуре и функциональных связях. Понятия «опасность», «безопасность». Системы безопасности и их структуры. Вред, ущерб, – виды и характеристики.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 1.2	Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды. Виды опасностей. Классификация чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 1.3	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, пути формирования и энергетика природных катастроф. Основные причины и закономерности возникновения и распространения эпидемии. Общая характеристика эпизоотического процесса, меры профилактики и борьбы с эпизоотиями. Характеристика способов борьбы с инфекционными заболеваниями растений. Основные факторы и закономерности процесса возникновения и развития эпифитотии.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 1.4	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного и антропогенного происхождения. Обеспечение безопасности обучающихся при ЧС техногенного характера. Методы защиты в условиях ЧС техногенного характера. Оказание первой помощи при ЧС техногенного характера.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 1.5	Основные мероприятия по подготовке к защите и защита населения от опасностей, возникающих вследствие ведения военных действий. Меры, принимаемые для обеспечения безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Действия населения при эвакуации и рассредоточении. Действия населения при проведении инженерной защиты людей и территорий. Действия населения при проведении радиационной и химической защиты. Обеспечение пожарной безопасности в условиях военных конфликтов. Установление ограничений на свободу передвижения по территории, введение на ней особого режима въезда и выезда. Усиление охраны общественного порядка, объектов, подлежащих государственной охране, и объектов, обеспечивающих жизнедеятельность населения и функционирование транспорта. Установление ограничений на осуществление отдельных видов финансово-экономической деятельности, включая перемещение товаров, услуг и финансовых средств. Установление особого порядка, приобретения и распределения продовольствия и предметов первой необходимости. Запрещение или ограни-	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

	чение проведения собраний, митингов и демонстраций, а также иных массовых мероприятий. Запрещение забастовок и иных способов прекращения деятельности организаций. Ограничение движения транспортных средств и осуществление их досмотра.	

РАЗДЕЛ 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности

Цели:

- сформировать представление об основах профессиональной культуры безопасности жизнедеятельности;

- раскрыть основные положения о чрезвычайных и экстремальных ситуациях;

- формировать способность идентифицировать опасности и оценивать риски в сфере профессиональной деятельности.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 2.1	Прогнозирование возможной радиационной обстановки. Оценка фактической радиационной обстановки по данным разведки. Оценка химической обстановки прогнозированием и по данным разведки. Прогнозирование обстановки в районе пожаро- или взрывоопасного объекта.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 2.2	Социальная безопасность как условие общественной безопасности в Российской Федерации. Понятие и классификация опасностей социального характера. Факторы социальных угроз и их индикаторы. Прогнозирование социальных опасностей. Социальные конфликты.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 2.3	Краткая характеристика пожаро- и взрывоопасных объектов. Виды пожаров. Способы пожаротушения. История городских пожаров. Классификация пожаров. Способы тушения пожаров. Правила поведения при пожаре. Последствия взрывов и пожаров.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 2.4	Законодательные, правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. Государственное управление безопасностью: органы управления, надзора и контроля за безопасностью, их основные функции, права и обязанности, структура. Принципы и методы управления безопасностью жизнедеятельности. Средства управления БЖД. Требования безопасности в технических регламентах.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Человек и среда обитания.

Цели:

- формировать культуру безопасности;

- формировать способность идентифицировать опасности и оценивать риски в сфере повседневной деятельности;

- развить мотивации сохранения жизни и воспитание чувства ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Человек и среда обитания, воздействие негативных факторов. 2. Классификация негативных факторов в системе «человек - среда обитания». 3. Определение понятия «опасность» и её синонимический ряд. 4. Вредные и опасные факторы, методы обеспечения безопасного взаимодействия со средой обитания. 5. Антропогенное воздействие на природную среду, региональный комплекс негативных факторов.	Дискуссия
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Характеристика личности экстремиста и террориста. 2. Классификация ЧС природного характера. 3. ЧС в атмосфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий. 4. ЧС в гидросфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий. 5. ЧС литосфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий. 6. Природные пожары: классификация, характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий. 7. Биологические опасности: заболевания человека, животных, растений.	Дискуссия
Занятие 3	**Примерный перечень вопросов:** 1. Классификация ЧС техногенного и антропогенного характера. 2. Причины, особенности и характер развития аварий и катастроф на объектах экономики. 3. Действие населения при авариях, катастрофах. 4. Радиационно-опасные объекты, особенности аварий и катастроф. 5. Основные поражающие факторы радиационных аварий. 6. Химически-опасные объекты, причины и особенности аварий и катастроф. 7. Степень опасности химических объектов. 8. Особенности аварий и катастроф на пожаро-взрывоопасных объектах	Дискуссия

РАЗДЕЛ 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Цели:

- формировать культуру безопасности;

- формировать способность идентифицировать опасности и оценивать риски в сфере повседневной деятельности;

- развить мотивации сохранения жизни и воспитание чувства ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Правила прогнозирования ЧС. 2. Мониторинг различных факторов окружающей среды для предупреждения ЧС. 3. Основные задачи мониторинга. 4. Изучение и анализ факторов и условий, влияющих на ликвидацию чрезвычайных ситуаций. 5. Основные элементы для анализа обстановки и её оценки. 6. Методическое руководство и координация деятельности системы мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций.	Дискуссия
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Общая характеристика социальной безопасности и классификация социальных опасностей. 2. Классификация видов опасных ситуаций социального характера. 3. Угрозы социальной безопасности человека в современном мире. 4. Духовная безопасность как условие обеспечения социальной безопасности человека в современной России. 5. Терроризм и его современные особенности. 6. Правила поведения человека при угрозе террористического акта и захвате заложников. 7. Социальных проблем современной (и не только) молодёжи. 8. Многочисленность социальных опасностей. 9. Виды и причины возникновения социальных конфликтов. Толпа и её виды. Правила поведения в толпе. 10. Главные причины появления социальных опасностей.	Дискуссия
Занятие 3	**Примерный перечень вопросов:** 1. Нормативное правовое регулирование в области пожарной безопасности. 2. Система обеспечения пожарной безопасности и её функции. 3. Задачи пожарной профилактики. 4. Меры пожарной безопасности. 5. Лицензирование в области пожарной безопасности. 6. Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.	Дискуссия
Занятие 4	Примерный перечень вопросов: 1. Закон, определяющий права и обязанности граждан	Дискуссия

	России в области защиты от ЧС. 2. Основные направления системы управления безопасности жизнедеятельности. 3. Средства управления БЖД. 4. Целевые подсистемы системы управления безопасности жизнедеятельности. 5. Основополагающие принципы обеспечения безопасности. 6. Основные методы управления безопасностью. 7. Организационные принципы управления безопасностью. 8. Силы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности.	

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. **Человек и среда обитания**	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка к дискуссии
Раздел 2. **Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности**	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка к дискуссии

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Человек и среда обитания, воздействие негативных факторов.
2. Классификация негативных факторов в системе «человек - среда обитания».
3. Определение понятия «опасность» и её синонимический ряд.
4. Вредные и опасные факторы, методы обеспечения безопасного взаимодействия со средой обитания.
5. Антропогенное воздействие на природную среду, региональный комплекс негативных факторов.
6. Характеристика личности экстремиста и террориста.
7. Классификация ЧС природного характера.
8. ЧС в атмосфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий.
9. ЧС в гидросфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий.
10. ЧС литосфере: характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий.
11. Природные пожары: классификация, характеристика, поражающие факторы, защита населения от их последствий.
12. Биологические опасности: заболевания человека, животных, растений.

13. Классификация ЧС техногенного и антропогенного характера.

14. Причины, особенности и характер развития аварий и катастроф на объектах экономики.

15. Действие населения при авариях, катастрофах.

16. Радиационно-опасные объекты, особенности аварий и катастроф.

17. Основные поражающие факторы радиационных аварий.

18. Химически-опасные объекты, причины и особенности аварий и катастроф.

19. Степень опасности химических объектов.

20. Особенности аварий и катастроф на пожаро-взрывоопасных объектах

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

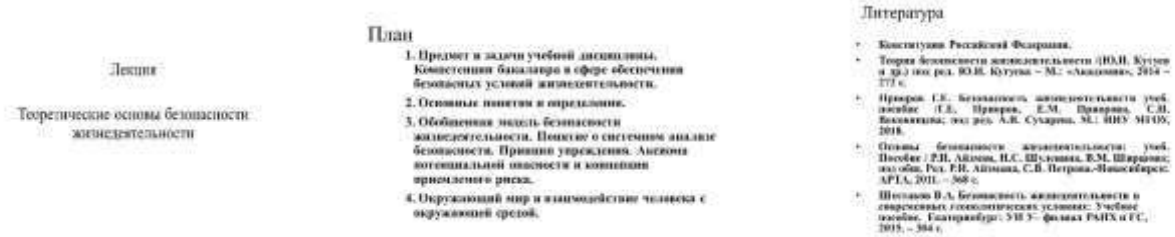
1. Правила прогнозирования ЧС.
2. Мониторинг различных факторов окружающей среды для предупреждения ЧС.
3. Основные задачи мониторинга.
4. Изучение и анализ факторов и условий, влияющих на ликвидацию чрезвычайных ситуаций.
5. Основные элементы для анализа обстановки и её оценки.
6. Методическое руководство и координация деятельности системы мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций.
7. Общая характеристика социальной безопасности и классификация социальных опасностей.
8. Классификация видов опасных ситуаций социального характера.
9. Угрозы социальной безопасности человека в современном мире.
10. Духовная безопасность как условие обеспечения социальной безопасности человека в современной России.
11. Терроризм и его современные особенности.
12. Правила поведения человека при угрозе террористического акта и захвате заложников.
13. Социальных проблем современной (и не только) молодёжи.
14. Многочисленность социальных опасностей.
15. Виды и причины возникновения социальных конфликтов. Толпа и её виды. Правила поведения в толпе.
16. Главные причины появления социальных опасностей.
17. Нормативное правовое регулирование в области пожарной безопасности.
18. Система обеспечения пожарной безопасности и её функции.
19. Задачи пожарной профилактики.
20. Меры пожарной безопасности.
21. Лицензирование в области пожарной безопасности.
22. Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.
23. Закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от ЧС.
24. Основные направления системы управления безопасности жизнедеятельности.
25. Средства управления БЖД.
26. Целевые подсистемы системы управления безопасности жизнедеятельности.
27. Основополагающие принципы обеспечения безопасности.
28. Основные методы управления безопасностью.

29. Организационные принципы управления безопасностью.
30. Силы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

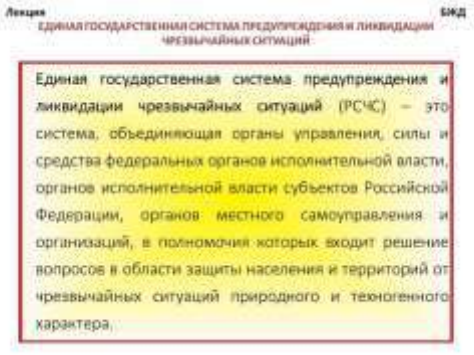
РАЗДЕЛ 1. Человек и среда обитания

Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Взаимодействие человека со средой обитания. Основные понятия и определения.



Тема 1.2. Классификация чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.





Тема 1.3. Опасные ситуации природного, биологического и экологического характера их предупреждение и защита от них.



Тема 1.4. Опасные ситуации техногенного и антропогенного происхождения их предупреждение и защита от них.



Тема 1.5. Поддерживание безопасных условий жизнедеятельности в условиях военных конфликтов







РАЗДЕЛ 2. Обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Тема 2.1. Прогнозирование и оценка обстановки при чрезвычайных ситуациях



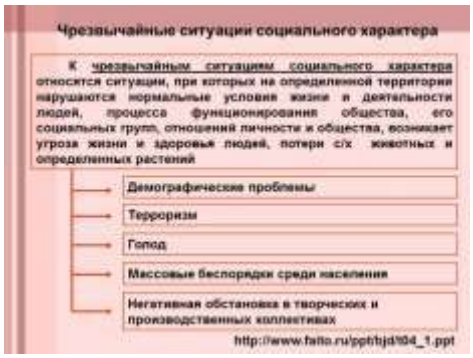




Тема 2.2. Опасности социального характера и защита от них







Тема 2.3. Пожарная безопасность







Тема 2.4. Управление безопасностью жизнедеятельности







МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01. «Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;

4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;

5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;

6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Цели занятия: изучить понятия: физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, двигательная подготовленность, профессионально-прикладная подготовка, спорт, средства физической культуры, методы физической культуры, компоненты физической культуры.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие «культура» можно определить, как степень раскрытия потенциальных возможностей личности в различных областях деятельности. Культура представлена в результатах материальной и духовной деятельности человека. Он познает культуру, зафиксированную в духовных и материальных ценностях, действует в социальной среде как носитель культурных ценностей, создает новые ценности, необходимые для развития культуры последующих поколений.

Физическая культура – часть общей культуры общества и личности, направленная на всестороннее, гармоничное развитие личности, его физических, психологических и духовных качеств.

Физическая культура – часть общей культуры общества и личности

Физическая культура – органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная область. Вместе с тем это специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности. Физическая культура воздействует на жизненно важные стороны индивида, полученные в виде задатков, которые передаются генетически и развиваются в процессе жизни под влиянием воспитания, деятельности и окружающей среды. Физическая культура удовлетворяет социальные потребности в общении,

игре, развлечении, в некоторых формах самовыражения личности через социально активную полезную деятельность.

В своей основе физическая культура имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность.

Физическая культура представлена совокупностью материальных и духовных ценностей. К первым относятся спортивные сооружения, инвентарь, специальное оборудование, спортивная экипировка, медицинское обеспечение. Ко вторым можно отнести информацию, произведения искусства, разнообразные виды спорта, игры, комплексы физических упражнений, этические нормы, регулирующие поведение человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности, и др. В развитых формах физическая культура продуцирует эстетические ценности (физкультурные парады, спортивно-показательные выступления и др.).

Результатом деятельности в физической культуре является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

Итак, физическую культуру следует рассматривать как особый род культурной деятельности, результаты которой полезны для общества и личности. В социальной жизни в системе образования, воспитания, в сфере организации труда, повседневного быта, здорового отдыха физическая культура проявляет свое воспитательное, образовательное, оздоровительное, экономическое и общекультурное значение, способствует возникновению такого социального течения, как физкультурное движение, т.е. совместная деятельность людей по использованию, распространению и приумножению ценностей физической культуры.

Компоненты физической культуры

Физическое воспитание. Включенное в систему образования и воспитания, начиная с дошкольных учреждений, оно характеризует основу физической подготовленности людей – приобретение фонда жизненно важных двигательных умений и навыков, разностороннее развитие физических способностей. Его важными элементами являются «школа» движений, система гимнастических упражнений и правила их выполнения, с помощью которых у ребенка формируются умения дифференцированно управлять движениями, способность координировать их в разных сочетаниях; система упражнений для рационального использования сил при перемещениях в пространстве (основные способы ходьбы, бега, плавания, бега на коньках, на лыжах и др.), при преодолении препятствий, в метаниях, в поднимании и переноске тяжестей; «школа» мяча (игра в волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, теннис и др.).

Физическое развитие – это биологический процесс становления, изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека (длина, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, максимальное потребление кислорода, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и др.).

Физическое развитие управляемо. С помощью физических упражнений, различных видов спорта, рационального питания, режима труда и отдыха можно изменять в необходимом направлении приведенные выше показатели физического развития. В основе управления физическим развитием лежит биологический закон упражняемости и закон единства форм и функций организма. Между тем физическое развитие мере обусловлено и законами наследственности, которые необходимо учитывать, как факторы благоприятствующие или наоборот препятствующие физическому совершенствованию человека.

Процесс физического развития подчиняется также закону возрастной ступенчатости. Поэтому вмешиваться в этот процесс с целью управления им можно только с учетом особенностей

и возможностей организма в различные возрастные периоды: становления и роста, наивысшего развития форм и функций, старения.

Кроме того, физическое развитие связано с законом единства организма и среды и зависит от условий жизни человека, в том числе и географической среды. Поэтому при выборе средств и методов физического воспитания необходимо учитывать влияние указанных законов.

Физическое развитие тесно связано со здоровьем человека. Здоровье выступает как ведущий фактор, который определяет не только гармоничное развитие молодого человека, но и успешность освоения профессии, плодотворность его будущей профессиональной деятельности, что составляет общее жизненное благополучие.

Благодаря профессионально-прикладной физической культуре создаются предпосылки для успешного овладения той или иной профессией и эффективного выполнения работы. На производстве это вводная гимнастика, физкультпаузы, физкультминутки, после рабочие реабилитационные упражнения и др. Содержание и состав средств профессионально-прикладной физической культуры, порядок их применения определяются особенностями трудового процесса. В условиях воинской службы она приобретает черты военно-профессиональной физической культуры.

Оздоровительно-реабилитационная физическая культура. Она связана с направленным использованием физических упражнений в качестве средств лечения заболеваний и восстановления функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления и других причин. Ее разновидностью является лечебная физическая культура, которая имеет широкий комплекс средств и методов (лечебная гимнастика, дозированная ходьба, бег и другие упражнения), связанных с характером заболеваний, травм или других нарушений функций организма (перенапряжение, хроническое утомление, возрастные изменения и др.). Средства ее используются в таких режимах, как «щадящий», «тонизирующий», «тренирующий» и др., а формами проведения могут быть индивидуальные сеансы-процедуры, занятия урочного типа и др.

Фоновые виды физической культуры. К ним относят гигиеническую физическую культуру, включенную в рамки повседневного быта (утренняя гимнастика, прогулки, другие физические упражнения в режиме дня, не связанные со значительными нагрузками) и рекреативную физическую культуру, средства которой используются в режиме активного отдыха (туризм, физкультурно-оздоровительные развлечения). Фоновая физическая культура оказывает оперативное влияние на текущее функциональное состояние организма, нормализуя его и способствуя созданию благоприятного функционального «фона» жизнедеятельности. Ее следует рассматривать как компонент здорового образа жизни. Она особенно эффективна в сочетании с другими компонентами физической культуры и прежде всего с базовой.

В качестве средств физической культуры используются: физические упражнения, естественные силы природы (солнце, воздух и вода, их закаливающее воздействие), гигиенические факторы: личная гигиена – распорядок дня, гигиена сна, режим питания, трудовой деятельности, гигиена тела, спортивной одежды, обуви, мест занятий, отказ от вредных привычек). Их комплексное взаимодействие обеспечивает наибольший оздоровительный и развивающий эффект.

Что такое физическая культура.

- Термин «физическая культура» появился в Англии, но не нашел широкого употребления на Западе и в настоящее время практически исчез из обихода. В нашей стране, напротив, получил свое признание во всех высоких инстанциях и прочно вошел в научный и практический лексикон.
- Физическая культура это деятельность человека, направленная на укрепление здоровья и развитие физических способностей. Она развивает организм гармонично и сохраняет отличное физическое состояние на долгие годы. Физкультура является частью общей культуры человека, а также частью культуры общества и представляет собой совокупность - ценностей, знаний и норм, которые используются обществом для развития физических и интеллектуальных способностей человека.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ – закономерный процесс становления и изменения форм и функций организма человека, развивающийся под влиянием условий жизни, в частности физического воспитания человека; его характеристиками являются: показатели здоровья, телосложения, развития физических качеств. Физическое развитие – процесс естественный и во многом обусловлен генетически, однако существенное влияние на физическое развитие человека оказывают социально-экономические, климатические условия, а также физическое воспитание.



Физическое воспитание

вид физической культуры, педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности, целенаправленное формирование двигательных умений и навыков и развитие физических качеств человека.

Включает:

- **Физическое образование** – процесс формирования дв. умений и навыков, передача спец. ФК знаний.
- **Развитие физических качеств** процесс развития качеств посредством нормированных нагрузок.







Тема лекционного занятия: Основы здорового образа жизни

Цели занятия: познакомить с составляющими здорового образа жизни

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это жизненный уклад, благодаря которому люди укрепляют здоровье и предотвращают появление болезней.

ЗОЖ - это способ жизнедеятельности, направленный на устранение вредных привычек и формирование режима дня, культуры питания, регулярной физической активности.

Здоровье - это главная ценность жизни, один из важнейших компонентов человеческого счастья. От состояния здоровья организма зависит жизнь человека.

Физическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если все органы и системы хорошо работают, то и весь организм человека правильно развивается и функционирует.

Психическое здоровье - оптимальное функционирование всех психических структур, необходимых для текущей жизнедеятельности. Психически здоровый человек разумен, защищен от ударов судьбы, открыт для общения с людьми и имеет способность справляться с жизненными проблемами.

Многими критериями определяется степень состояния здоровья человека: состоянием организма, биологической активностью систем и органов, их способностью к регенерации, возможностей организма и другими. Полнота жизни человека напрямую зависит от состояния здоровья, точно так же, как и степень и характер активности человека, стиль его жизни во многом определяют уровень функциональных возможностей его организма. Такая взаимозависимость открывает большие возможности для укрепления и профилактики здоровья.

Выбор того, как вести свою жизнь, у каждого человека свой. Но иногда, им следует задуматься о своем здоровье, ведь их сегодняшнее бездумное и легкомысленное поведение может пагубно отразиться в их недалеком будущем.

Ещё в Древней Греции ученые, среди которых был и Аристотель отмечали необходимость разностороннего воспитания (как физического, так и духовного) для гармоничного развития человека и его здоровья.

В последствие многие научные деятели подтвердили важность разносторонности развития человека. Так, Петр Францевич Лесгафт в своей работе «Основы естественной гимнастики» писал о необходимости гармоничного развития человека посредствам духовного и физического воспитания.

Что касается режима дня, то необходимо чередовать нагрузку (умственную и физическую) с отдыхом, приемами пищи в идеале через каждые 4 часа (важно помнить, что приём пищи должен осуществляться минимум за 1,5-2 часа до тренировки и через час после неё).

У здорового образа жизни есть несколько принципов, и каждый принцип несет в себе огромную пользу для организма человека.

На первое место выходит **здоровый сон**.

Во-первых, сон продлевает жизнь, но это не значит, что чем больше мы спим, тем больше мы себе продлим жизнь. Продолжительность сна должна быть равна примерно 8-ми часам. Сон, который длится меньше 6-ти часов или более 9-ти негативно отражается на человеке. Это приводит к повышению риска развития заболеваний, воспалительных процессов и даже подавленному состоянию.

Во-вторых, сон помогает оставаться в хорошей форме.

В-третьих, сон улучшает память, ведь ночью мозг активно работает, фильтрует и закрепляет всю информацию, полученную днем. Именно поэтому, после хорошего сна человек может лучше воспроизводить новую информацию.

В-четвертых, здоровый сон повышает внимательность. Человек может лучше концентрироваться.

Так же сон помогает поддержанию иммунитета и повышению настроения.

Сну должно отводиться не менее 8 часов в сутки.

Вторым компонентом ЗОЖ является **правильное питание**. Благодаря правильному питанию, организм человека получается все необходимые вещества, благодаря которым он способен нормально функционировать.

Правильное питание позволяет удерживать массу тела, которая необходима индивиду, укреплять иммунитет, прогрессировать в спортивной деятельности, повышать работоспособность, укреплять зубы, кости, ногти, волосы и т.д., оберегает от серьезных заболеваний.

Основные правила здорового питания:

употреблять как можно меньше соли и сахара (лучше употреблять йодированную соль, сахарозаменители растительного происхождения);

сократить потребление насыщенных жирных кислот, потреблять ненасыщенные;

сократить потребление мучных изделий (за исключением изделий из твёрдых сортов пшеницы);

употреблять больше свежих фруктов и овощей (приблизительной нормой считается 400г);

пить в день негазированную минеральную воду из расчёта 40мл на 1кг массы человека;

правильно сочетать продукты и правильно подбирать время суток для их потребления (например, единственный полезный способ приготовить овсяную кашу на воде, фрукты должны

употребляться отдельно от других продуктов, крахмал не сочетается с сахаром, овощи сочетаются с любыми продуктами, молочные продукты лучше употреблять вечером, а продукты с высоким содержанием углеводов в первой половине дня);

выбирать правильный способ приготовления пищи, позволяющий сохранить наибольшее количество витаминов, содержащихся в продуктах (запекание сохранит больше полезных веществ в продуктах, чем жарка).

Важно, чтобы составленный рацион (учитывающий пол, возраст, вес, индекс массы тела человека и привычную ему двигательную активность) являлся разнообразным и сбалансированным - в нем должно содержаться необходимое организму количество белков, жиров, углеводов, витаминов и воды.

Организация правильного питания состоит из:

1. Режима питания (советуется кушать от 3-х раз в день, естественно умеренными порциями). Когда у человека установлен режим питания, то это улучшает его усвоение пищи.
2. Контролирование калорийности рациона. Калорийность рациона зависит от возраста, пола и уровня телосложения, так же от физической деятельности человека.
3. Организация потребления пищи. Завтрак и обед является наиболее питательными приемом пищи, перекусы и ужин – наиболее легко усваиваемые.
4. Правильное сочетание продуктов. Это позволяет еде легче усваиваться.
5. Свежеприготовленная пища. Т.к. чем больше хранится блюдо, тем оно становиться менее полезным.

Психологическое равновесие.

В нынешнем ритме жизни очень важно сохранить психологическое равновесие. Психологическое равновесие человека – это баланс между его страхами и спокойствием. Стрессы, суматоха, разочарования - это все сказывается на нашем психологическом здоровье.

Вредные привычки человека – это действия, которые повторяются автоматически большое количество раз и наносят вред здоровью человека или окружающих его людей.

Основные вредные привычки современного человека:

- употребление наркотиков;
- алкоголизм;
- курение;
- переедание;
- шопоголизм;
- интернет и телевизионная зависимость;
- щелканье суставами;
- привычка ковырять кожу или грызть ногти;
- зависимость от игр.

Основные причины возникновения вредных привычек:

- влияние общества: если в компании, в которой находится человек, считается нормой те или иные привычки, например, употребление алкоголя, курение, то, вероятно, он также будет следовать им, чтобы доказать свою принадлежность к этой компании, отсюда возникает мода на вредные привычки;

- неустроенность в жизни и отчуждение;

- уход от стресса;

- любопытство

- удовольствие: постоянное получение удовольствия приводит к тому, что человек становится алкоголиком или наркоманом;

- безделье.

Вредные привычки являются одной из насущных проблем современного общества, и поэтому борьба с ними просто необходима.

Борьба с вредными привычками весьма сложная, но крайне необходимая. Чем раньше человек это осознает, тем легче ему будет побороть свою зависимость и навсегда отказаться от пагубных привычек.

Лучшая профилактика вредных привычек – здоровый и активный образ жизни. Любой вид спорта поможет выплеснуть негатив и отвлечься от проблем.

Необходима господдержка развития спорта, использование горячих линий и телефонов психологической помощи, создание мест занятости для детей и подростков, создание новых современных наркологических центров.

Именно от самого человека зависит, как сложится его жизнь, сможет ли он избежать вредных привычек и сохранить своё здоровье.

Так же ЗОЖ никак не обходится без **гигиены**. Помимо того, что при соблюдении гигиены, человек будет менее уязвим от болезней и инфекций, с ним будет приятнее общаться окружающим.

Существует гигиена тела; волос; полости рта; нательного белья, одежды и обуви; спального места;

Важна регулярность в принятии душа, мытье волос, чистке зубов, смене и стирке белья и одежды и т.д. Также важно правильно подобрать индивидуальные средства для ухода (за телом, волосами, лицом, полостью рта).

Что касается **физической активности**, она в первую очередь должна соответствовать степени физической подготовленности человека, степени его здоровья и отчасти предпочтениям в видах физической активности (чем больше человеку нравится вид физической нагрузки, тем больше вероятность того, что он будет систематически ею заниматься). Тем не менее, разнообразие физической активности важно (как и разнообразие рациона питания), поскольку чередование видов нагрузки (анаэробной с аэробной, нагрузки умеренной интенсивности с нагрузкой высокой интенсивности) позволяет быстрее добиться результатов и способствует разностороннему развитию организма человека.

Важность физической активности заключается не только в развитии физических качеств человека, но и в поддержании здорового веса, что в целом способствует укреплению здоровья.

Закаливание. Другой способ укрепить здоровье человека, сделав организм более устойчивым к переохлаждениям, изменению температурного режима, и различным нагрузкам – это закаливание. Оно по сути своей нужно для повышения сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям окружающей среды. Закаливание помогает сохранить здоровье, вырабатывая иммунитет и улучшая терморегуляцию.

Способы закаливания как и рацион питания и физические нагрузки должны быть индивидуально подобраны, желательно при помощи специалистов.

Виды закаливания:

аэротерапия (воздухом);

гелиотерапия (солнцем);

хождение босиком;

закаливание водой;

обтирание;

обливание;

контрастный душ;

лечебное купание и моржевание.

Важно начинать закаливающие процедуры будучи здоровым, проводить самоконтроль, соблюдать постепенность, регулярность, сочетать закаливание с физическими упражнениями для усиления эффекта.

Закаливание имеет несколько принципов, такие как:

1. *Сознательное проведение*. Важно, чтоб процедуры вызывали положительные эмоции. И если человек чувствует, что ему вовсе нехорошо, то ему нужно прекратить закаливание.
2. Закаливание *советуется только здоровым людям*, у которых не происходят воспалительных процессов. Т.к. можно только усугубить ситуацию.
3. *Принцип постепенности*. Интенсивность и время проведения закаливание нужно проводить в нарастающем режиме. Если человек сделает длительные перерывы в закаливание, то придется начинать заново с менее продолжительных и щадящих процедур.
4. *Закаливание в сочетании с физическими упражнениями* и играми идут лишь на пользу и помогают повышению сопротивляемость организма.

Закаливание имеет очень **много положительных свойств**: нормализация артериального давление, улучшение кровообращения, повышение выносливости и работоспособности, увеличивает силу мышц и благоприятно воздействуем на нервную систему. Помимо этого, оно еще повышает настроение человека, придавая ему бодрость и тонус.

Самый важный принцип ЗОЖ – это **занятия спортом.**

Научно доказано, что регулярная физическая активность благоприятно сказывается на состоянии здоровья и даже омолаживает организм как снаружи, так и изнутри. Так же спорт помогает похудеть, держать себя в форме, укрепляет кости и мышцы, спорт даже является своеобразным лекарством от депрессий и подавленности. Спортивное воздействие на организм снижает вредное воздействие стресса, убирает мешки под глазами, улучшает цвет кожи и повышает ее упругость.

Помимо положительного влияния на организм, спорт объединяет людей, из-за чего мы находим новых друзей, с которыми нас связывают общие интересы.

Итак, здоровый образ жизни необходим людям, в особенности профессиональным спортсменам. ЗОЖ помогает им добиваться больших высот.

Если бы все люди чуть больше заботились о своем здоровье, то в будущем нас ожидала бы сильная и мощная нация.

В здоровом образе жизни важным является сбалансированность и индивидуальный подход, поскольку физические способности и физиологические особенности организма каждого человека уникальны.

ЗОЖ является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им долголетия и полноценного выполнения социальных функций, для активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой деятельности.

Здоровый образ жизни предстает как специфическая форма целесообразной активности человека — деятельность, направленная на сохранение, укрепление и улучшение его здоровья.

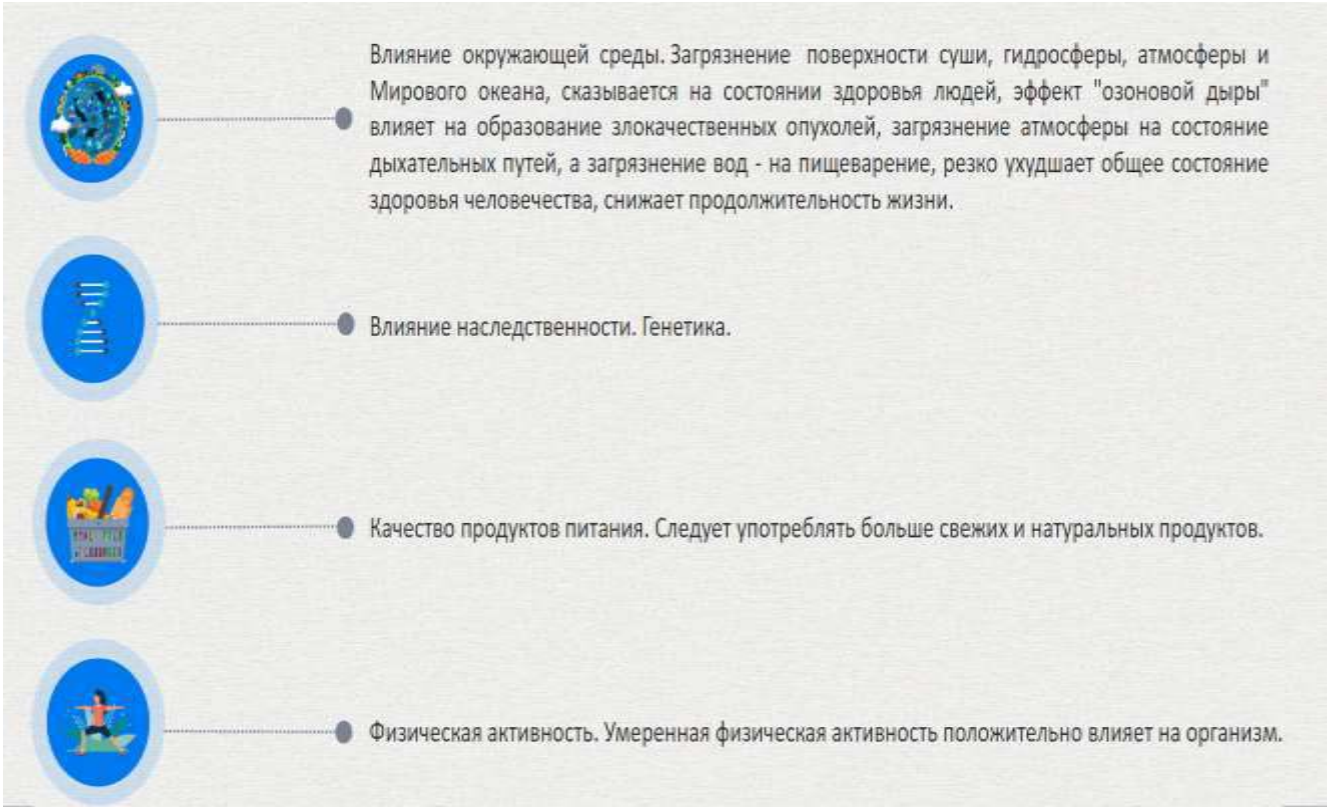
К основным элементам здорового образа жизни относятся:

- достаточная двигательная активность (оптимальный двигательный режим)
- сбалансированное питание
- отсутствие пагубных привычек;
- закаливание;
- оптимальный режим работы и отдыха;
- положительное восприятие жизни;
- состояние окружающей среды;
- наследственность;
- личная гигиена;
- режим дня.



Здоровье является основным условием и залогом полноценной жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь.





Гипокинезия – это пониженная двигательная активность. Она может быть связана с физиологической незрелостью организма, с особыми условиями работы в ограниченном пространстве, с некоторыми заболеваниями и др. причинами. В некоторых случаях (гипсовая повязка, постельный режим) может быть полное отсутствие движений или акинезия.

Гиподинамия – это понижение мышечных усилий, когда движения осуществляются, но при крайне малых нагрузках на мышечный аппарат.

Отсутствие мышечной нагрузки снижает интенсивность энергетического обмена, что отрицательно сказывается на скелетных и сердечной мышцах. Кроме того, малое количество нервных импульсов, идущих от работающих мышц, снижает тонус нервной системы, утрачиваются приобретенные ранее навыки, не образуются новые. Все это самым отрицательным образом отражается на здоровье. Сидячий образ жизни приводит к тому, что хрящ постепенно становится менее эластичным, теряет гибкость. Это может повлечь снижение амплитуды дыхательных движений и потерю гибкости тела. Особенно сильно от неподвижности или малой подвижности страдают суставы.

ВОЗ рекомендует по крайней мере от 150 до 300 минут умеренной аэробной активности в неделю для всех взрослых и в среднем 60 минут умеренной аэробной физической активности в день для детей и подростков

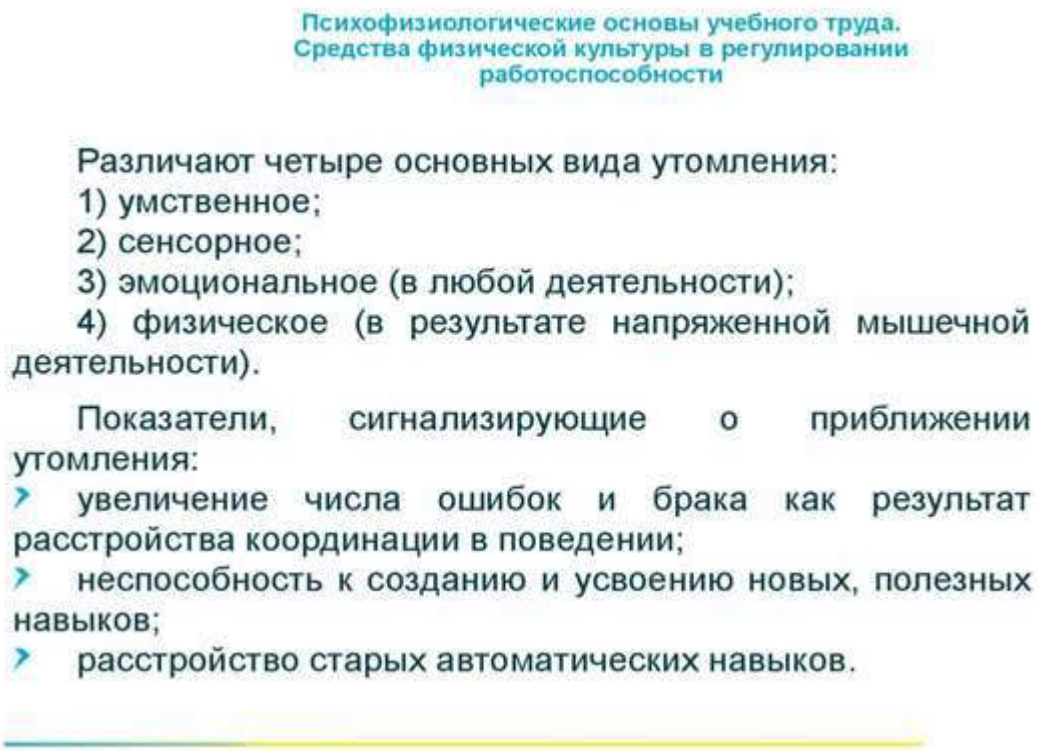
Тема лекционного занятия: Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности

Цели занятия: познакомить со средствами и методами физической культуры для регулирования работоспособности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

К объективным факторам относятся пол, возраст, состояние здоровья и уровень функциональной подготовленности, среду жизнедеятельности и учебного труда студентов, общую учебную нагрузку, длительность и характер отдыха и др. Особенности женского и мужского организма проявляются в разной реакции на физическую и психическую нагрузку, на характер эмоциональной окраски этой нагрузки. Существенные индивидуальные колебания функционального и психоэмоционального состояния у девушек во многом могут объясняться естественными физиологическими причинами. Возраст также оказывает определенное влияние на работоспособность при умственной деятельности. В возрасте 17—25 лет происходит становление целостного интеллекта и его отдельных функций. Исследования показали, что наиболее благоприятным для занятий различными видами творческого умственного труда является возраст от 20 до 30 лет.
Среда жизнедеятельности и учебного труда является одним из объективных факторов, влияющих на успешность обучения и реакцию организма на учебную нагрузку.
К **субъективным факторам** следует отнести индивидуальную неспособность адаптироваться к социальным условиям обучения в университете; личностные качества (характер, острота восприятия чужого мнения и др.); мотивацию занятий в данном учебном заведении. Способность адаптироваться к условиям обучения в вузе зависит от целого ряда причин. Прежде всего сказывается индивидуальная психофизиологическая усталость после огромного расхода нервной энергии в период приемных экзаменов в вузе, важен уровень базовых знаний, с которыми пришел в колледж первокурсник, его способности к освоению специальных знаний, умений и навыков, требующихся в избранной профессии, и др.
Жизненный опыт показывает, что человек проходит как бы три стадии в развитии своих отношений с другими людьми: в подростковом и юношеском возрасте его очень интересует мнение всех о нем; в молодом и зрелом возрасте — мнение людей, которых он уважает; в пожилом и старшем — чужое мнение уже мало его волнует, так как он сам себя знает лучше других. Поэтому желательно, чтобы период адаптации студента совпал с более высоким уровнем его реальной самооценки, что позволит ему, с одной стороны, исправлять свои недостатки, а с другой — не попадать под чужое, нередко негативное влияние. Очень важно в это время проявить стойкость в обязательном и сознательном соблюдении всех составляющих здорового образа жизни (отказ от вредных привычек и т.д.), несмотря на многие «сбивающие» факторы, традиционно присутствующие в студенческом коллективе.
Приспособление к новой системе обучения, вхождение в новый коллектив, осмысление и степень принятия ценностей будущей профессиональной деятельности — все это сопровождается большим напряжением компенсаторно-приспособительных механизмов молодого организма, оказывающих свое влияние на способность адаптации к социальным условиям обучения в университете. Этим отчасти объясняется возможное снижение уровня «привычной» успеваемости на I курсе, возникающие трудности в общении и т.п. У одних студентов период адаптации происходит плавно, у других — скачкообразно. И все же около 35% студентов ощущают дезадаптационный синдром. К психофизическому дискомфорту может привести не только непривычная учебная нагрузка, но и, как отмечалось выше, плохая организация труда и отдыха самого студента. Личностные качества во много определяют общий процесс адаптации студента к новым условиям его жизнедеятельности в университете. Взаимовлияние студентов друг на друга — сложный процесс.



ЗОЖ в жизнедеятельности студентов.

Влияние факторов на формирование здоровья студентов:

Занятия физическими упражнениями -15-30%.

Сон-24-30%.

Питание – 10-16%.

Другие-24-51%.

Изучение образа жизни студентов показало пренебрежение ими основных правил ЗОЖ:

- 27% студентов уходят на занятия без завтрака, что приводит к снижению работоспособности на 87% студентов.
- 9-21% студентов ложатся спать в 1-2 ночи, что сказывается на снижении работоспособности в течении дня на 7-18%.
- 59% студентов начинают самоподготовку к учебным занятиям не раньше 20 часов и заканчивают за полночь.
- 36% студентов занимается самоподготовкой в выходные дни, предназначенные для отдыха, восстановления сил.
- 62% студентов проводит на свежем воздухе менее 30 минут в день, при гигиенической норме – 2 часа.
- 2% студентов используют регулярные закаливающие процедуры, что обуславливает вспышки простудных заболеваний осенью и зимой у 80% студентов.
- 5-9% студентов занимаются физическими упражнениями в свободное время.

Тема лекционного занятия: Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Цели занятия: познакомить с основами самостоятельных занятий общей и специальной физической подготовке по видам физкультурно-спортивной направленности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Основные методические положения самостоятельных занятий.

Приступая к самостоятельным физическим упражнениям, необходимо знать те основные методические положения, которые позволят правильно дозировать физические нагрузки, регулировать их воздействие на организм, избежать возможных перегрузок. Как считает известный специалист физического воспитания В.А. Масляков, необходимо учитывать следующие факторы; • исходное положение, из которого выполняется упражнение, существенно влияет на степень физической нагрузки. К ней относятся: изменение формы и величины опорной поверхности при выполнении упражнений (стоя, сидя, лежа), изменение положения центра тяжести тела по отношению к опоре и др.; • темп выполнения упражнений может быть медленным, средним, быстрым. (в циклических упражнениях, например, большую нагрузку дает быстрый темп, в силовых – медленный темп); • амплитуда движений (с увеличением амплитуды нагрузка на организм возрастает); • количество повторений упражнения (чем большее число раз повторяется упражнение, тем больше нагрузка, и наоборот); • величина и количество участвующих в упражнении мышечных групп (чем больше мышц участвует в выполнении упражнения, чем они крупнее по массе, тем значительнее физическая нагрузка); • степень сложности упражнения зависит от количества участвующих в упражнении мышечных групп и от координации их деятельности (сложные упражнения требуют усиленного внимания, что создаѐт значительную эмоциональную нагрузку); • степень и характер мышечного напряжения (при максимальных напряжениях мышцы недостаточно снабжаются кислородом и питательными веществами, быстро нарастает утомление. Трудно долго продолжать работу и при быстром чередовании мышечных сокращений и расслаблений, ибо это приводит к быстрому утомлению); • мощность мышечной работы (количество работы в единицу времени) зависит от времени ее выполнения, развиваемой скорости и силы при движении. Чем больше мощность, тем выше физическая нагрузка); • продолжительность и характер пауз отдыха между упражнениями. (продолжительный отдых способствует более полному восстановлению организма. По характеру паузы отдыха могут быть пассивными и активными. При активных паузах, когда выполняются легкие упражнения разгрузочного характера или упражнения в мышечном расслаблении, восстановительный эффект повышается). Учитывая перечисленные факторы, можно уменьшать или увеличивать суммарную физическую нагрузку в одном занятии и в серии занятий в течение продолжительного периода времени.

Правила организации и гигиены самостоятельных занятий физической культурой.

Правила организации и гигиены самостоятельных занятий физической культурой включают в себя здоровый образ жизни, рациональный режим дня, соблюдение личной гигиены, меры профилактики спортивного травматизма и закаливания, кроме того, необходимо поддерживать хорошее санитарное состояние мест занятий, спортивной одежды и обуви, а также знать основной характер воздействия применяемых упражнений на организм человека. Рекомендуется также уметь пользоваться некоторыми восстанавливающими средствами, такими, как парная баня и массаж или самомассаж. Причинами заболеваний и травматизма, связанных с физическими упражнениями, являются нарушения их гигиенического обеспечения, нерациональная методика и организация занятий, неполноценное материально-техническое обеспечение и неудовлетворительное состояние здоровья занимающихся. Профилактика отрицательных явлений требует выполнения ряда условий. Например, заниматься физическими упражнениями желательно в одно и то же время суток, не ранее, чем через 1,5-2 часа после еды (но не натощак), в соответствующей спортивной форме. Необходимо соблюдать постепенность в разучивании новых и сложных упражнений и в увеличении их количества. Обувь, одежда и спортивный инвентарь должны соответствовать возможностям и возрасту занимающихся, а также погодным условиям.

Недопустимы занятия в период болезни, в состоянии значительного утомления или недомогания, особенно девушкам и женщинам.

Очень важно соблюдать правила личной гигиены, особенно чистоту тела. Рекомендуется занятия физическими упражнениями всегда проводить на открытом воздухе, полностью использовать факторы закаливания - солнце, свежий воздух. Современный специалист должен быть закаленным, физически культурным человеком.



П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Формы практических заданий: расчетное практическое задание.

Задания расчетно-графической работы.

ОРТОСТАТИЧЕСКАЯ ПРОБА.

Цель работы: научиться проводить оценку функционального состояния сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Приборы и оборудование: секундомер

Ход работы: полученные результаты занести в тетрадь и написать выводы по каждому испытуемому.



Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции)

Тема занятия: Основы здорового образа жизни
Формы практических заданий: расчетное практическое задание.
Задания расчетно-графической работы.

ДНЕВНИК САМОКОНТРОЛЯ
Цель работы: научиться заполнять показатели самоконтроля физического развития и подготовленности
Приборы и оборудование: весы
Ход работы: полученные результаты занесите в таблицу.

№ п/п	Показатели самоконтроля	Дата наблюдения и состояние (оценка)		
		05.12.20…	06.12.20…	Общее
1	Самочувствие	хорошее	хорошее	
2	Настроение	хорошее	удовлетворительное	
3	Сон	8 час., хороший	7 час., беспокойный	
4	Аппетит	хороший	пониженный	
5	Активность	хорошая	удовлетворительная	
6	Желание тренироваться	большое	безразличное	
7	Болевые ощущения	нет	в мышцах передней поверхности бедра	
	ЧСС в минуту:			
8	а) после сна, в положении лёжа	60 уд/мин	60 уд/мин	

9	б) через 1 мин после вставания с постели	70 уд/мин	75 уд/мин	
10	в) разница (ортостатическая проба)	10 уд/мин	15 уд/мин	
11	Масса тела	65,1 кг	64,3 кг	
12	Частота дыхания в покое	16 раз/мин	16 раз/мин	
13	Нарушения режима	Нет	Нет	
14	Двигательная активность	12.500 шагов + тренировка 1,5 час.	8000 шагов	

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции)

Тема занятия: Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности

Формы практических заданий: расчетное практическое задание.

Задания расчетно-графической работы.

ПРОБА ШТАНГЕ и ГЕНЧИ.

Метод исследования функционального состояния дыхательной системы: проба Штанге и проба Генчи.

Цель работы: научиться исследовать функциональное состояние дыхательной системы.

Приборы и оборудование: секундомер.

Ход работы: использовать критерии оценки задержки дыхания на вдохе и выдохе, занести в таблицу 1.

Таблица 1.

Показатель	**Время задержки дыхания, секунды**		
	Испытуемый 1	Испытуемый 2	Испытуемый 3
Проба Штанге			
Проба Генчи			

Критерии оценивания результатов исследования

Проба Штанге		**Проба Генчи**		**Оценка**
Юноши	**Девушки**	**Юноши**	**Девушки**	
90 сек.	80 сек.	45 сек.	35 сек.	Отлично
80-89 сек	70-79 сек.	40-44 сек	30-34 сек.	Хорошо
50-79 сек.	40-69 сек.	30-39 сек.	20-29 сек.	Удовлетворительно
Менее 50 сек.	Менее 40 сек.	Менее 30 сек.	Менее 20 сек.	Неудовлетворительно

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции)

Тема занятия Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Формы практических заданий: расчетное практическое задание.

Задания расчетно-графической работы.

ПРОБА С ПРИСЕДАНИЯМИ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ИНДЕКСА РУФФЬЕ.

Проба с приседаниями показывает реакцию сердечно-сосудистой системы на кратковременную физическую нагрузку.

Индекс Руффье (индекс Ruffier, JR) отражает уровень общей выносливости организма.

Цель работы: научиться оценивать реакцию сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку и определять уровень общей выносливости.

Приборы и оборудование: секундомер.

Ход работы: Тестирование проводится в группе из трех человек. Один выполняет приседания, другой – осуществляет подсчет приседаний, третий фиксирует показания пульса по секундомеру, полученные показатели занести в таблицу, сравнить полученные данные испытуемых с таблицами, сделать выводы и рекомендации.



Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 1.2. Основы здорового образа жизни	Подготовка реферата
Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.1. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности	Подготовка реферата
Тема 2.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, двигательная подготовленность.
2. Средства физической культуры, методы физической культуры, компоненты физической культуры.
3. Организм, физиологические функции, физической развитие, физическая работоспособность, гипоксия, умственная работоспособность, утомление, биологические ритмы, внешняя среда**.**
4. Здоровый образ жизни, критерии здоровья, образ жизни, самооценка, адаптация, регенерация, экология, генетика.
5. Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность.

Перечень тем рефератов:

1. Чем характеризуются понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое совершенство, физическая рекреация, физическое развитие, физическая подготовка, физическое упражнение;
2. Что отражает понятие «компоненты физической культуры»;
3. Что относится к понятию «массовый спорт» и «спорт высших достижений» и в чем их различие.
4. Чем характеризуется взаимосвязь физической и умственной работоспособности.
5. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность.
6. Внешняя среда и ее влияние на здоровье человека.
7. Гипокинезия и гиподинамия как проблемы современного общества.
8. Чем характеризуется здоровый образ жизни.
9. Мотивации к здоровому образу жизни, противодействие алкоголизму, курению.
10. Влияние занятий физической культуры на органы и системы человека.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Труд студента, психофизическая работоспособность, средства физической культуры, методы физической культуры, средство профилактики, средства коррекции.
2. Физические качества, психические качества, интенсивность нагрузок, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.
3. Аэробика, фитнес, фитбол-аэробика, бодибилдинг, калланетика, дыхательная гимнастика, йога, ритмическая и атлетическая гимнастика.
4. Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.
5. Составляющие здорового образа жизни. Регулирование работоспособности студента при самостоятельных занятиях физической культуры.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

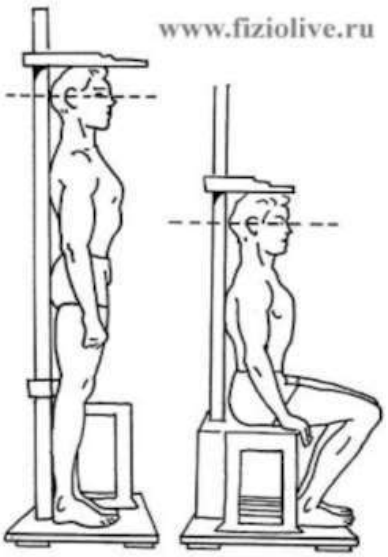
1. Меры профилактики умственного утомления.
2. Меры профилактики физического утомления.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.
4. Физическое развитие, физическое совершенство. Физическая подготовка и двигательная активность человека.
5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и ее задачи.
6. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
7. Значение физических упражнений для здоровья человека.
8. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.
9. Социальные и биологические факторы, их влияние на физическое развитие человека.
10. Воздействие экологических факторов на организм.
11. Физическая культура как средство борьбы с гиподинамией и гипокинезией.
12. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) студента. Их характеристики.
13. Сила. Средства и методы развития силы.
14. Гибкость. Средства и методы развития гибкости.
15. Ловкость. Средства и методы развития ловкости.
16. Выносливость. Средства и методы развития выносливости.
17. Быстрота. Средства и методы развития быстроты.
18. Дыхательная система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
19. Опорно-двигательный аппарат и его функции при занятиях физическими упражнениями.
20. Сердечно-сосудистая система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
21. Врачебный контроль при занятиях физической культурой, его цель.
22. Критерии физического развития и физической подготовленности.
23. Правила самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Значение утренней гимнастики.
25. Приемы закаливания.
26. Самоконтроль, основные методы. Дневник самоконтроля спортсмена.
27. Методы профилактики профессиональных заболеваний.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни.

Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

- Длину тела измеряют ростомером. Измерение длины тела стоя при помощи ростомера производят следующим образом: исследуемый становится на площадку ростомера спиной к стойке со шкалой и касается ее тремя точками — пятками, ягодицами и межлопаточным пространством. Голова не должна касаться ростомера, а должна быть слегка наклонена вперед, чтобы верхний край наружного слухового прохода и наружный угол глазницы располагались на одной горизонтальной линии. Измеряющий становится сбоку от исследуемого и опускает на его голову планшетку, скользящую по сантиметровой шкале. Отчет проводят по нижнему краю планшетки. Нужно следить, чтобы исследуемый стоял без напряжения; у женщин с высокой прической волосы при измерении должны быть распущены. Измерение длины тела в положении сидя проводят тем же ростомером, имеющим откидную скамеечку, закрепленную на расстоянии 40 см от пола. Измерение проводят следующим образом: исследуемый глубже садится на скамейку спиной к стойке ростомера, касаясь ее крестцом и межлопаточным пространством, бедра должны быть горизонтальны. Если ноги короткие, под них подкладывают деревянные опоры соответствующей высоты. Положение головы такое же, как при измерении роста стоя



Тема 1.2. Основы здорового образа жизни.



11) Обхват плеча.

Измеряется строго горизонтально, верхний край сантиметровой ленты касается задних углов подмышечных впадин и замыкается перпендикулярно оси плеча.

РАЗДЕЛ 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Тема 2.1. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности.

Методы контроля

В практике физического воспитания примеряются следующие методы контроля: педагогическое наблюдение, опросы, прием учебных нормативов, тестирование, контрольные и другие соревнования, простейшие врачебные методы (измерения ЖЕЛ – жизненной емкости легких, массы тела, становой силы и др.), хронометрирование занятия, определение динамики физической нагрузки на занятии по ЧСС и др. Большую информацию преподаватель получает с помощью метода педагогических наблюдений. Наблюдая в ходе занятия за учащимися, преподаватель обращает внимание на их поведение, проявление интереса, степень внимания (сосредоточенное, рассеянное), внешние признаки реакции на физическую нагрузку (изменение дыхания, цвет и выражения лица, координации движений, увеличение потливости и пр.).

Метод опроса представляет возможность получать информацию о состоянии занимающихся на основании их собственных показателей о самочувствии до, во время и после занятий (о болях в мышцах и пр.), об их стремлениях и желаниях. Субъективные ощущения – это результат физиологических процессов в организме. С ними надо считаться и в то же время помнить, что они не всегда отражают истинные возможности занимающихся.

Контрольные соревнования и тестирование позволяют получить объективные данные о степени тренированности и уровне физической подготовленности занимающихся. Они очень показательны и на их основе делают соответствующие выводы и корректировки в планах. Так, например, есть уровень физической подготовленности не повышается или становится ниже, то пересматривают содержание, методику занятий, физической нагрузки.

Тема 2.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Классификация видов спорта
по структуре движений, преимущественному проявлению двигательных способностей и характеру состязания

1 группа – циклические виды спорта: велосипедный спорт, плавание, гребля, беговые виды легкой атлетики, лыжные гонки

2 группа – силовые и скоростно-силовые виды спорта: пауэрлифтинг, армрестлинг, гиревой спорт, тяжелая атлетика, легкоатлетические прыжки и метания

3 группа – координационные виды спорта: прыжки в воду, синхронное плавание, гимнастика, фристайл, фигурное катание

4 группа – единоборства: бокс, борьба, фехтование

5 группа – спортивные игры: баскетбол, гандбол, волейбол, регби, футбол, водное поло, хоккей с мячом, хоккей с шайбой

6 группа – многоборья: легкоатлетическое десятиборье, лыжное двоеборье, современное пятиборье



Базовый спорт является наиболее эффективным средством повышения общей и специальной работоспособности человека, фактором разностороннего развития, укрепления здоровья.

Спортивные секции по видам спорта.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия

(при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами,

конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Военно-политическая подготовка

Цели:

- сформировать представление о геополитическом положении России в современном мире;

- раскрыть основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны;

- раскрыть цели, задачи и принципы военно-политической работы;

- сформировать представление о направлениях, формах, средствах и методах военно-политической работы в ВС РФ.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	В последние годы на фоне глобальных перемен и противоречий Россия старается сохранить свои интересы и обеспечить национальную безопасность, одновременно продвигая свои инициативы на международной арене. Россия является одним из главных участников международного сообщества и занимает особое место в современном мире. Разработка новых технологий и научных исследований продолжают быть ключевыми приоритетами страны. В обновлённой Концепции внешней политики Российской Федерации (утверждена Указом Президента России 31 марта 2023 года) расставлены приоритеты для действий России на международной арене в XXI веке.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

РАЗДЕЛ 2. Правовая подготовка

Цели:

1 . Рассмотреть правовую систему и военное законодательство Российской Федерации.

2. Сформировать понимание главных положений военной доктрины Российской Федерации.

3. Ознакомиться с нормативными документами в области обеспечения обороны государства и прохождения военной службы

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	Военная доктрина Российской Федерации представляет собой систему официально принятых в государстве взглядов на подготовку к вооруженной защите и вооруженную защиту Российской Федерации. В Военной доктрине на основе анализа военных опасностей и военных угроз Российской Федерации и интересам ее союзников сформулированы основные положения военной политики и военно-экономического обеспечения обороны государства. Правовую основу Военной доктрины составляют Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права и международные договоры Российской Федерации в области обороны, контроля над вооружениями и разоружения, федеральные конституционные законы, федеральные законы, а также нормативные правовые акты Президента Российской Федерации и Правительства Российской Федерации. Положения Военной доктрины могут уточняться с изменением характера военных опасностей и военных угроз, задач в области обеспечения обороны и безопасности, а также условий развития РФ.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 2	В соответствии с Федеральным законом от 27.05.2003 N 58-ФЗ «О системе государственной службы Российской Федерации»: военная служба - вид федеральной государственной службы, представляющей собой профессиональную служебную деятель-	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

	ность граждан на воинских должностях или не на воинских должностях в случаях и на условиях, предусмотренных федеральными законами и (или) нормативными правовыми актами Президента Российской Федерации, в Вооруженных Силах РФ, других войсках, воинских (специальных) формированиях и органах, осуществляющих функции по обеспечению обороны и безопасности государства. Таким гражданам присваиваются воинские звания. В соответствии с Федеральным законом от 28.03.1998 N 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»: для военнослужащих устанавливаются военная форма одежды и знаки различия. Военная форма одежды и знаки различия по воинским званиям военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов утверждаются Президентом Российской Федерации.	

РАЗДЕЛ 3. Общевоинские уставы ВС РФ

Цели:

1.Ознакомить обучающихся с положениями Устава внутренней службы ВС РФ (УВС) о внутреннем порядке, распределении времени и порядке размещения военнослужащих.

2.Рассмотреть положения УВС о внутреннем наряде, его назначении, составе и обязанностях дежурного и дневального по роте.

3.Формировать сознательное отношение к освоению и выполнению требований Устава внутренней службы ВС РФ.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	Общевоинские Уставы ВС РФ определяют: - общие права и обязанности военнослужащих Вооружённых Сил и взаимоотношения между ними, - обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего порядка. Настоящим Уставом руководствуются военнослужащие органов военного управления, воинских частей, кораблей, предприятий, организаций Вооруженных Сил Российской Федерации, в том числе военных профессиональных образовательных организаций, военных образовательных организаций высшего образования Министерства обороны Российской Федерации (далее - воинские части), и лица гражданского персонала, замещающие воинские должности. Положения Устава, в том числе обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, в равной степени относятся к военнослужащим всех воинских частей и подразделений. Обязанности должностных лиц, не указанных в Уставе, определяются соответствующими положениями, наставлениями, инструкциями и руководствами.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

РАЗДЕЛ 6 Основы тактики общевойсковых подразделений. Общевоинские уставы ВС РФ

Цели:

- Разъяснить обучающимся понятие «Вооруженные Силы Российской Федерации», раскрыть их состав, структуру и задачи, а также законодательные основы их оперативного применения.
- Изложить обучающимся назначение, структуру мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск ВС РФ, их задачи в бою.

- Представить основные образцы вооружения и техники видов и родов войск ВС РФ, изложить их базовые тактико-технические характеристики.

- Изучить сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды.

- Изучить способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.

- Представить обучаемым организацию, основное вооружение, боевую технику подразделений мотопехотного и танкового батальонов армии США и ФРГ.

- Воспитывать у студентов гордость за принадлежность к Российской Федерации и уважение к ее Вооруженным Силам, а также формировать и развивать у них обоснованную и осознанную уверенность в способности подразделений Вооруженных Сил Российской Федерации уничтожать и побеждать вероятного противника на поле боя.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	Для Российской Федерации, с ее территориальными просторами и природными богатствами, наличие современных вооруженных сил является жизненно важным фактором обеспечения ее суверенитета и территориальной целостности. Вооруженные силы Российской Федерации (ВС РФ), как важнейший элемент в структуре военной организации государства, ядро вооруженной организации государства, составляющий основу обороны РФ, имеют определяемое федеральным законодательством предназначение, в соответствии с которым на них возлагаются конкретные задачи, реализация которых предусматривается на территории РФ и за ее пределами, как в мирное, так и в военное время, а также в период непосредственной угрозы военного нападения на Российскую Федерацию или ее союзников. Вооруженные Силы РФ состоят из центральных органов военного управления, объединений, соединений, воинских частей и организаций, которые входят в виды и рода войск Вооруженных Сил РФ, в Тыл Вооруженных Сил РФ и в войска, не входящие в виды и рода войск Вооруженных Сил РФ. В настоящее время Вооруженные Силы Российской Федерации структурно состоят из *трех видов ВС*: Сухопутные войска (СВ); Воздушно - космические силы (ВКС); Военно-морской флот (ВМФ); и *двух родов войск ВС*: Ракетные войска стратегического назначения (РВСН); Воздушно-десантные войска (ВДВ); Учитывая, что ВС РФ, наряду с обычным вооружением, оснащены еще и высокоточным оружием большой дальности, а также ядерным оружием межконтинентальной дальности и большой мощности, весь состав Вооруженных Сил РФ *подразделяют* на: ***Стратегические силы сдерживания и Силы общего назначения.*** Сухопутные войска являются самым многочисленным видом Вооруженных Сил и составляют основу группировок войск на стратегических направлениях Основными тактическими подразделениями мотострелковых и танковых частей сухопутных войск выступают мотострелковый батальон (*мсб*) и танковый батальон (*тб*). Указанные батальоны организационно входят в состав мотострелковой/танковой бригады, и, в свою очередь, состоят из мотострелковых/танковых рот и взводов.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением
Тема 2	В настоящее время основными (наиболее распространенными) образцами вооружения и техники в видах и родах войск ВС РФ являются: *Сухопутные войска*:- стрелковое оружие различного назначения; - танки Т-72, Т-80, Т-90; - боевые машины пехоты БМП-1, БМП-2,	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

	БМП-3; - бронетранспортёры БТР-70, БТР-80, БТР-90; - бронеавтомобили ГАЗ-2975 «Тигр», - самоходная и буксируемая ствольная артиллерия; - реактивные системы залпового огня БМ-21, БМ-27, БМ-30, ТОС-1;- тактические ракетные комплексы Точка и Искандер;- системы ПВО Бук, Тор, Панцирь-С1, С-300, С-400. *Воздушно-космические силы*: - космические ракеты-носители и РЛС большой дальности; - самолеты различных типов и назначения (стратегические и фронтовые бомбардировщики, истребители, штурмовики, военно-транспортные самолеты, боевые и транспортные вертолеты); - зенитная ракетная система большой дальности С-400 Триумф. *Военно-Морской Флот*: В составе надводных сил: - авианесущий крейсер; - ракетные крейсера; - эскадренные миноносцы - большие противолодочные корабли;- корветы; - морские тральщики и базовые тральщики;- десантные корабли. В составе подводных сил: - многоцелевые торпедные корабли; - подводные ракетоносцы; - ракетные крейсера стратегического назначения. *Ракетные войска стратегического назначения*: подвижные (мобильные) и стационарные (шахтные) ракетные комплексы «Тополь-М», «Ярс», «Стилет» «Воевода». *Воздушно-десантные войска:* Боевая машина десанта БМД-2, БМД-3, БМД-4 Широкое распространение получили, практически во всех видах и родах войск ВС РФ беспилотные летательные аппараты (БПЛА) различного типа и предназначения (ударные, разведывательные, связи,, сопровождения) , основными из которых можно назвать БПЛА «Ланцет» и «Герань-2» Боевая техника и вооружение Российской Армии постоянно совершенствуется и обновляется, появляются новые виды и типы вооружения, в том числе оружие на новых физических принципах (ОНФП). В частности лазерные и высокочастотные электромагнитные комплексы для борьбы с различными высокотехнологичными видами вооружения противника.	
Тема 3	Бой – основная форма боевых действий, представляющая собой согласованные по цели, месту и времени удары, огонь и маневр соединений, воинских частей и подразделений в целях уничтожения (разгрома) противника, отражения его ударов и выполнения других задач в ограниченном районе в течение короткого времени. Составляющие боя включают: Удар – составная часть боя, заключающаяся в одновременном и кратковременном поражении группировок войск и объектов противника путем мощного воздействия на них всеми имеющимися средствами поражения или наступлением войск (удар войсками). Удары могут быть: в зависимости от применяемых средств - ядерные (ракетно-ядерные), огневые (ракетные, ракетно-артиллерийские, авиационные, торпедные) и удары войсками; по количеству участвующих средств и поражаемых объектов - массированные, групповые и одиночные; по времени нанесения - одновременные и последовательные; в зависимости от готовности противоборствующих сторон к применению оружия и его досягаемости - упреждающие, ответно-встречные и ответные. Огонь – поражение противника из различных видов оружия. Маневр – организованное передвижение (перемещение) подразделений на новое направление (рубеж, район) в целях занятия выгодного положения, вывода войск из-под ударов противника, а также перенос, сосредоточение усилий и огня оружием или распределение огня в целях наиболее эффективного поражения целей и объектов противника.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

	Маневр осуществляется подразделениями и огнем.	
Тема 5	Наиболее технически оснащенными и тактически подготовленными среди многонациональных вооруженных сил стран участников НАТО эксперты отмечают подразделения армий США и ФРГ. Мотопехотные (*мпб*) и танковые (*тб*) батальоны армий этих стран, а также их штатное вооружение следует рассматривать в качестве наиболее вероятного противника и применяемого им вооружения в тактическом звене в случае вооруженного противостояния на поле боя. *Мотопехотный батальон армии США*: является основным боевым тактическим подразделением бригады, может использоваться для формирования на его базе батальонной тактической группы и выполнять задачу по непосредственному уничтожению противника в различных видах боя (оборона, наступление и др.). Имеет в своем составе боевые и обеспечивающие подразделения на вооружении которых имеются: - 5,56-мм автоматическая винтовка М16А1 (М16А2); - ПТУР «Тоу»; - ПТУР «Джавелин»;- ПТУР «Дракон»; - 120-мм, самоходный миномет; - Боевая машина пехоты (БМП) М2 Брэдли; - Боевая разведывательная машина (БРМ) М3- Брэдли‖. *Танковый батальон армии США* является основным боевым ударным подразделением бригады, может служить базой для развертывания батальонной тактической группы и выполняет основную задачу по непосредственному уничтожению противника в ближнем бою. Танковый батальон используется, главным образом, для ведения стремительных высокоманевренных наступательных действий, для развития успеха, расчленения и уничтожения обороняющихся группировок противника и его преследования. Основным боевым танком *тб* армии США является танк М1 «Абрамс» *Мотопехотный батальон армии ФРГ* считается боевой тактической единицей сухопутных войск, входит в состав мотопехотной бригады и предназначен для ведения различных видов боевых действий: наступления, обороны, сдерживания и др. В его составе предусмотрены боевые подразделения на колесной и гусеничной боевой технике, а также обеспечивающие подразделения. На вооружении *мпб* армии ФРГ имеется: БМП «Мардер-1А3», БТР «Фукс», БРЭМ «Стандарт», ПУ ПТУР «Милан-2», 44-мм РПГ «Лянце», 7,62-мм единый пулемет MG-3, 7,62-мм автоматическая винтовка G-3, 5,56-мм пистолет –пулемет НК53, 9-мм пистолет «Вальтер». *Танковый батальон армии ФРГ:* рассматривается военным командованием в качестве основного подразделения, обеспечивающего главную ударную силу мотопехотных и танковых частей и соединений в различных видах боя. На вооружении *тб* армии Германии состоят танки «Леопард-1» и «Леопард -2» различной модификации.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

РАЗДЕЛ 7. Радиационная, химическая и биологическая защита

Цели:

- сформировать представление о ядерном, химическом, биологическом, зажигательном видах оружия, а также об оружии, основанном на новых физических принципах;

- раскрыть основные поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения.

- сформировать представление о средствах доставки и способах применения ядерного, химического, биологического и зажигательного видох оружия, сформировавшейся классификация боевых отравляющих веществ

- раскрыть возможности поражающего действия химического, биологического и зажигательного видов оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	Изменения, произошедшие в последние годы в международной политической жизни, не привели к укреплению стабильности в мире. Хотя опасность развязывания глобальной войны с широким применением ОМП сведена до минимума, но возросла возможность развязывания и ведения военных действий на региональном уровне, в ходе локальных войн и вооруженных конфликтов различной интенсивности, а также применения различными террористическими группировками радиоактивных, отравляющих веществ и биологических средств. В военных доктринах США и их союзников по блоку НАТО важная роль отводится ОМП - оружию, способному при ограниченном расходе сил и средств наносить массовые поражения живой силе, разрушать вооружение и военную технику и влиять на изменения окружающей среды. Развитие ядерной энергетики, химической и микробиологической промышленности во многих странах мира в последние годы создало реальную угрозу радиоактивного, химического и биологического заражения больших территорий не только в случае применения ОМП, но и при разрушении (авариях) объектов ядерно-технического цикла, химически и биологически опасных объектов. Кроме того, многие страны продолжают искать пути военного превосходства, активными исследованиями в наукоемких областях, модернизируя имеющиеся виды оружия (вооружения) и изобретая новые, в том числе относящиеся по масштабам разрушений и воздействию на личный состав к ОМП. При этом оружие, основанное на новых физических принципах, практически не поддается международному контролю. Все это свидетельствует об особой значимости боевого обеспечения, и как его составляющей - радиационной, химической и биологической защите, направленной на сохранение боеспособности войск и успешное выполнение ими поставленных задач в условиях ведения боя. Очевидно, что преждевременно и недопустимо ослаблять усилия в подготовке войск к действиям в условиях радиоактивного, химического и биологического заражения. Решающим звеном для выполнения боевой задачи в этих условиях будет быстрая, объективная оценка и учет командирами всех степеней радиационной, химической и биологической обстановки, ликвидация в короткие сроки последствий применения противником ядерного и химического оружия. При этом исключительно важное значение будет иметь своевременное и правильное использование вооружения и средств РХБ защиты, в том числе и подразделений специальных войск.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

РАЗДЕЛ 8. Военная топография

Цели:

– освоение основных теоретических положений картографии и топографии для подготовки к будущей военной службе;

– изучение назначения, классификации и геометрической сущности топографических карт, принципов их разграфки и номенклатуры;

– получение практических навыков в осуществлении основных измерений по топокартам, чтении топокарт, ориентировании на местности по картам и без них;

– формирование определенных навыков в работе с топокартами и соответствующими измерительными инструментами.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	Военная топография как военно-научная дисциплина является составной частью военной науки. В своем развитии она наиболее тесно связана с тактикой, теорией и практикой топографического обеспечения боевых действий войск. Содержание военной топографии включает способы изучения и оценки тактических свойств местности, ориентирование на ней по топографическим и специальным картам, а также различные приемы полевых измерений. Знание способов изучения местности, практические навыки в ориентировании на ней в различных условиях, днем и ночью, в условиях ограниченной видимости, способствуют правильному использованию благоприятных свойств местности для достижения успеха в бою, помогает быстро и уверенно ориентироваться и выдерживать заданное направление движения на карте и в ходе боя.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

РАЗДЕЛ 9. Основы военно-медицинской подготовки

Цели:

- сформировать представление об организации медицинского обеспечения войск (сил) ВС РФ в мирное и военное время;

- раскрыть виды ранений и травм на поле боя, а также методы и способы оказания первой помощи;

- сформировать представление о средствах оказания первой медицинской помощи раненым и их эвакуации с поля боя.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Тема 1	*В 2019 году в Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ "Об обороне" была введена статья 17.1. Медицинское обеспечение Вооружённых Сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов.* Медицинское обеспечение Вооружённых Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов осуществляется в соответствии с настоящим Федеральным законом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации. В соответствии с требованиями данной статьи Министерством обороны РФ формируются перечни государственных услуг, оказание и выполнение которых предусмотрено в целях медицинского обеспечения названных структур в условиях военного времени, ведения военных (боевых) действий, выполнения боевых (учебно-боевых), служебно-боевых (оперативно-служебных) задач в области обороны.	Интерактивная лекция с мультимедийным сопровождением

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Военно-политическая подготовка

Цели:

- формировать способность адекватного анализа современной военно-политической ситуации в мире;
- формировать понимание многостороннего развития РФ;
- закрепить знание целей и задач военно-политической работы в ВС РФ;
- закрепить знания средств и методов военно-политической работы в ВС РФ.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Современная военно-политическая ситуация в мире. 2. Россия в многополярном мире. 3. Основные направления социально-экономического развития РФ. 4. Основные направления политического развития РФ. 5. Основные направления военно-технического развития РФ. 6. СВО: причины, цели и задачи. 7. Промежуточные результаты СВО. 8. Санкционная политика Запада в отношении России.	Дискуссия
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Система военно-политической работы в ВС РФ. 2. Цели и задачи военно-политической работы в ВС РФ. 3. Силы и средства военно-политической работы в ВС РФ. 4. Принципы военно-политической работы в ВС РФ. 5. Формы и методы военно-политической работы в ВС РФ. 6. Функции военно-политических органов в ВС РФ.	Дискуссия

РАЗДЕЛ 2. Правовая подготовка

Цели:

- рассмотреть правовую систему и военное законодательство Российской Федерации.
- сформировать понимание главных положений военной доктрины Российской Федерации.
- ознакомиться с нормативными документами в области обеспечения обороны государства и прохождения военной службы

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Структура военного законодательства Российской Федерации? 2. Федеральные законы «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих» - правовая основа организации военной службы. 3. Структура федерального закона «О воинской обязанности военной службы». 4. Понятие и содержание воинской обязанности?	Дискуссия

	5. Понятие военной службы ее виды. Призыв и прохождение военной службы по призыву и по контракту. 6. Исполнение обязанностей военной службы. 7. Обязательная и добровольная подготовка к прохождению военной службы? 8. Приведение к военной присяге граждан России и принятие обязательства иностранными гражданами, поступившими на военную службу в Российской Федерации. 9. Воинские должности. Составы военнослужащих и воинские звания. 10. Обязанности граждан по воинскому учету.	

РАЗДЕЛ 3. Общевоинские уставы ВС РФ.

Цели:

- Научить студентов положениям УВС о внутреннем наряде, его назначении, составе и обязанностях дежурного и дневального по роте.

- Научить студентов положениям УГиКС.

- Формировать сознательное отношение к освоению и выполнению требований общевоинских уставов ВС РФ.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Что такое внутренний порядок? 2. Чем достигается внутренний порядок? 3. С какой целью назначается суточный наряд роты? Кто входит в его состав? 4. Кто назначается дежурным по роте? За что отвечает и кому подчиняется дежурный по роте? 5. Кто назначается дневальным по роте? За что отвечает и кому подчиняется дневальный по роте? 6. Перечислите обязанности дневального по роте. 7. Что запрещается очередному дневальному? 8. Что должны знать и настойчиво добиваться все лица суточного наряда? 9. Что не имеют права делать лица суточного наряда без разрешения дежурного по полку? 10. Что должен сделать дежурный по роте по прибытии в подразделение командира другой роты?.	Дискуссия
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. В чем заключаются общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. 2. Что называется караулом, его состав, назначение и виды? 3. Чем отличается гарнизонный караул и внутреннего? 4. Кто назначается для охраны и обороны кораблей Военно-Морского Флота и каким нормативным документом определен порядок несения ими караульной службы? 5. Кому подчиняются гарнизонный и внутренний караулы и с какого момента они переходят в подчинение этим должностным лицам? 6. Назовите обязанности часового? 7. Что запрещается часовому? 8. Назовите обязанности разводящего? 9. Чем должен быть вооружен караул и в какой форме одежды	Дискуссия

	должен нести службу? 10. Когда и как производится заряжание и разряжание оружия в карауле?	

РАЗДЕЛ 4. Строевая подготовка.

Цели:

- Научить студентов основным положениям Строевого устава Вооруженных Сил Российской Федерации.

- Научить студентов правильному выполнению строевых приемов на месте и в движении.

- Воспитывать у студентов дисциплинированность, внимательность, слаженность и исполнительность.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Строй и его элементы. 2. Виды строя. 3. Сигналы для управления строем. 4. Команды и порядок их подачи. 5. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю. 6. Строевой расчет. 7. Строевая стойка.	Практическое занятие. Практическая отработка строевых приемов на месте и в движении
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Выполнение команд: "Становись", "Равняйсь", "Смирно", "Вольно", "Заправиться". 2. Повороты на месте. 3. «Строевой шаг». 4. «Движение одиночным строевым шагом».	Практическое занятие. Практическая отработка строевых приемов на месте и в движении
Занятие 3	**Примерный перечень вопросов:** 1. Движение строевым шагом в составе подразделения. 2. Повороты в движении. 3. Движение в составе взвода. 4. Управление подразделением в движении.	Практическое занятие. Практическая отработка строевых приемов на месте и в движении

РАЗДЕЛ 5. Огневая подготовка из стрелкового оружия.

Цели:

– изучить назначение, состав и боевые свойства основных образцов стрелкового оружия и гранат Вооруженных Сил России;

– твердо усвоить меры безопасности при обращении с оружием, боеприпасами и ручными осколочными гранатами;

– приобрести начальные навыки обращения с оружием, боеприпасами и ручными осколочными гранатами;

– развивать и воспитывать чувства дисциплинированности, бережного, уважительного и ответственного отношения к оружию, гордости и уверенности в качестве и надёжности российского оружия.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:**	Рассказ, показ, трени-

	1. Назначение и боевые свойства АК-74 и РПК-74. 2. Состав и последовательность неполной разборки и сборки АК-74. 3. Основные приемы и правила стрельбы из АК-74.	ровка, состязание.
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Назначение и боевые свойства 9-мм пистолета Макарова. 2. Состав и последовательность неполной разборки и сборки 9-мм пистолета Макарова. 3. Основные приемы и правила стрельбы из 9-мм пистолета Макарова.	Рассказ, показ, тренировка, состязание.
Занятие 3	**Примерный перечень вопросов:** 1. Назначение и боевые свойства СВД. 2. Состав и последовательность неполной разборки и сборки СВД. 3. Основные приемы и правила стрельбы из СВД.	Рассказ, показ, тренировка, состязание.
Занятие 4	**Примерный перечень вопросов:** 1. Назначение и боевые свойства РПГ-7. 2. Состав и последовательность неполной разборки и сборки РПГ-7. 3. Основные приемы и правила стрельбы из РПГ-7.	Рассказ, показ, тренировка, состязание.
Занятие 5	**Примерный перечень вопросов:** 1. Устройство и назначение ручных осколочных гранат. 2. Боевые свойства ручных осколочных гранат. 3. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами. Порядок выполнения упражнений по метанию гранат.	Рассказ, показ, тренировка, состязание.
Занятие 6	**Примерный перечень вопросов:** 1. Условия и порядок выполнения упражнения учебных стрельб. 2. Правила и меры безопасности при выполнении упражнений учебных стрельб. 3. Практическое выполнение упражнения учебных стрельб.	Контроль знаний и навыков при обращении с оружием и боеприпасами. Состязание.

РАЗДЕЛ 6. Основы тактики общевойсковых подразделений.

Цели:

- Ознакомить студентов с целями, задачами и способами ведения общевойскового боя.

- Ознакомить студентов с целями, задачами, силами и средствами инженерного обеспечения частей и подразделений.

- Рассмотреть назначение, классификацию инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики, а также полевые фортификационные сооружения.

- Воспитывать у студентов гордость за Вооруженные силы РФ.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Сущность и содержание общевойскового боя. 2. Силы и средства вооруженной борьбы в общевойсковом бою. 3. Способы ведения общевойскового боя. 4. Построение сил и средств мотострелковых подразделений. 5. Боевой порядок мотострелкового взвода.	Практическое занятие (с использованием визуальных наглядных пособий)
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:**	Практическое занятие

	1. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений. 2. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики. 3. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.	(с использованием визуальных наглядных пособий)

РАЗДЕЛ 7. Радиационная, химическая и биологическая защита.

Цели:

- изучить задачи и мероприятия РХБ защиты: мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка.

- уяснить порядок проведения частичной и полной специальной обработки.

- научиться порядку использования средств индивидуальной защиты и их использования, подгонки и их технической проверке.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Средства применения химического оружия. 2. Классификация отравляющих веществ и воздействие на организм человека. 3. Основные виды и поражающее действие биологического оружия. 3. Средства применения зажигательного оружия. 4. Поражающие действия оружия массового поражения на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.	Практическое занятие (с использованием визуальных наглядных пособий)
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Цель РХБ защиты и ее основные задачи. 2. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. 3. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки. 4. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты. 5. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.	Практическое занятие (с использованием визуальных наглядных пособий)

РАЗДЕЛ 8. Военная топография.

Цели:

– получение практических навыков в осуществлении основных измерений по топокартам, чтении топокарт, ориентировании на местности по картам и без них;

– формирование определенных навыков в работе с топокартами и соответствующими измерительными инструментами

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Геометрическая сущность, классификация и назначение топографических карт. 2. Определение географических и прямоугольных координат объектов по карте. 3. Целеуказание по карте.	Практическое решение задач по определению координат объектов и выдаче целеуказания.

РАЗДЕЛ 9. Основы военно-медицинской подготовки.

Цели:

- Изучить нормативные документы, регламентирующие оказание первой помощи военнослужащим, в том числе в условиях ведения боевых действий.

- Получить необходимые установки и рекомендации по оказанию первой помощи военнослужащим в случаях, определенных приказом Минобороны от 09.12.2022 №760

-.Получить навыки оказания первой помощи военнослужащим в соответствии с нормативными требованиями.

Структура:

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
Занятие 1	**Примерный перечень вопросов:** 1. Общие правила оказания первой помощи. 2. Алгоритм оказания первой помощи. 3. Сущность оказания первой помощи. 4. Состояния для оказания первой помощи. 5. Первая помощь при ранениях. 6. Первая помощь при механических травмах и переломах костей.	Практическое занятие (с использованием визуальных наглядных пособий)
Занятие 2	**Примерный перечень вопросов:** 1. Комплектация аптечек и медицинских комплектов. 2. Тактическая аптечка. 3. Эвакуация раненых с поля боя в тыл.	Демонстрация, разъяснение, тренировка

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Военно-политическая подготовка	**Подготовка к практическому занятию.** **Самостоятельное изучение материала** по теме: Геополитическое положение России в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Цели и задачи военно-политической работы. Средства, формы и методы военно-политической работы в ВС РФ.
Раздел 2. Правовая подготовка	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Военная доктрина РФ. Правовые основы политики России в области ядерного сдерживания
	Самостоятельное изучение материала по теме: Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы
Раздел 3. Общевоинские уставы ВС РФ	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Внутренний порядок и суточный наряд

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы
Раздел 4. Строевая подготовка	**Подготовка к практическому занятию.** **Самостоятельное изучение материала** по теме: Строевые приемы и движение без оружия
Раздел 5. Огневая подготовка из стрелкового оружия	**Подготовка к практическому занятию.** **Самостоятельное изучение материала** по теме: Основы и правила стрельбы, приемы и способы ведения огня из стрелкового оружия
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Выполнение упражнения учебных стрельб из пневматического и (или) мелкокалиберного оружия
Раздел 6. Основы тактики общевойсковых подразделений	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи.
	Самостоятельное изучение материала по теме: Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ
	Самостоятельное изучение материала по теме: Основы общевойскового боя
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Основы инженерного обеспечения и связи
	Самостоятельное изучение материала по теме: Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника
Раздел 7. Радиационная, химическая и биологическая защита	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Средства, приемы и способы радиационной, химической и биологической защиты
Раздел 8. Военная топография	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказания по карте
Раздел 9. Основы военно-медицинской подготовки	**Самостоятельное изучение материала** по теме: Медицинское обеспечение войск (сил). Организация медицинского обеспечения воинских формирований тактического звена.
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Первая помощь при ранениях, травмах на поле боя

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
	Подготовка к практическому занятию. **Самостоятельное изучение материала** по теме: Средства оказания первой помощи. Эвакуация раненых.

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1

1. Современная военно-политическая ситуация в мире.

2. Россия в многополярном мире.

3. Объективные причины проведения специальной военной операции России на Украине.

4. Шесть волн расширения НАТО на Восток.

5. Санкционная политика Запада в отношении России.

6. Национальные интересы Российской Федерации и стратегические национальные приоритеты.

7. Оборона страны – национальный стратегический приоритет России.

8. Основные направления социально-экономического развития РФ.

9. Основные направления политического развития РФ.

10. Основные направления военно-технического развития РФ.

11. Какие цели в области обороны страны поставлены в Стратегии национальной безопасности для защиты национальных интересов Российской Федерации?

12. Каким путем в рамках реализации военной политики стратегического сдерживания достигаются цели обороны страны?

13. Решению каких задач в рамках достижения целей обороны в Стратегии уделяется особое внимание?

14. Какие традиционные ценности в рамках защиты реализуемых национальных приоритетов определены Указом Президента РФ от 09.11.2022 N 809?

15. Назовите основные направления обеспечения экономической безопасности, определенные Стратегией национальной безопасности Российской Федерации?

16. Система военно-политической работы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

17. Цели и задачи военно-политической работы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

18. Силы и средства военно-политической работы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

19. Принципы военно-политической работы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

20. Формы и методы военно-политической работы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

21. Функции военно-политических органов в Вооруженных Силах Российской Федерации.

22. Вопросы военно-политической подготовки в Вооруженных Силах Российской Федерации.

23. Защита традиционных российских духовно-нравственных ценностей, культуры и исторической памяти один из ключевых национальных приоритетов, реализуемых в соответствии с Указом Президента РФ от 09.11.2022 N 809.

24. Вопросы противодействия информационно-психологическому воздействию противника.

25. Силы и средства информационно-психологических операций, проводимых противником.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2

1. Понятие, правовые основы и структура Военной доктрины Российской Федерации?

2. Основные понятия и термины Военной доктрины Российской Федерации?

3. Военные опасности и военные угрозы Российской Федерации?

4. Военная политика Российской Федерации?

5. Основные задачи Российской Федерации по сдерживанию и предотвращению военных конфликтов?

6. Применение Вооруженных Сил, других войск и органов для отражения агрессии?

7. Применение Российской Федерацией высокоточного и ядерного оружия?

8. Государственная политика Российской Федерации в области ядерного сдерживания?

9. Условия, определяющие возможность применения Россией ядерного оружия?

10. Основные задачи Вооруженных Сил, других войск и органов в мирное время.

11. Структура военного законодательства Российской Федерации?

12. Федеральные законы «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих» - правовая основа организации военной службы.

13. Структура федерального закона «О воинской обязанности военной службы».

14. Понятие и содержание воинской обязанности?

15. Понятие военной службы ее виды. Призыв и прохождение военной службы по призыву и по контракту.

16. Исполнение обязанностей военной службы.

17. Обязательная и добровольная подготовка к прохождению военной службы?

18. Приведение к военной присяге граждан России и принятие обязательства иностранными гражданами, поступившими на военную службу в Российской Федерации.

19. Воинские должности. Составы военнослужащих и воинские звания.

20. Обязанности граждан по воинскому учету.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3

1. Что такое внутренний порядок?
2. Чем достигается внутренний порядок?
3. С какой целью назначается суточный наряд роты? Кто входит в его состав?
4. Кто назначается дежурным по роте? За что отвечает и кому подчиняется дежурный по роте?
5. Кто назначается дневальным по роте? За что отвечает и кому подчиняется дневальный по роте?
6. Перечислите обязанности дневального по роте.
7. Что запрещается очередному дневальному?
8. Что должны знать и настойчиво добиваться все лица суточного наряда?
9. Что не имеют права делать лица суточного наряда без разрешения дежурного по полку?
10. Что должен сделать дежурный по роте по прибытии в подразделение командира другой роты?
11. Размещение военнослужащих.
12. Распределение времени и внутренний порядок.
13. Суточный наряд роты, его предназначение, состав.
14. Дневальный, дежурный по роте.
15. Развод суточного наряда.
16. В чем заключаются общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.
17. Что называется караулом, его состав, назначение и виды?
18. Чем отличается гарнизонный караул и внутреннего?
19. Кто назначается для охраны и обороны кораблей Военно-Морского Флота и каким нормативным документом определен порядок несения ими караульной службы?
20. Кому подчиняются гарнизонный и внутренний караулы и с какого момента они переходят в подчинение этим должностным лицам?
21. Назовите обязанности часового.
22. Что запрещается часовому?
23. Назовите обязанности разводящего.
24. Чем должен быть вооружен караул и в какой форме одежды должен нести службу?
25. Когда и как производится заряжание и разряжание оружия в карауле
26. Подготовка караулов.
27. Организация и несение караульной службы.
28. Внутренний порядок в караулах.
29. Охрана караулом объектов с применением технических средств охраны.
30. Участие войск гарнизона в обеспечении режима чрезвычайного положения и в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 4

1. Что такое строй?
2. Чем такое шеренга и линия машин?
3. Что такое фронт и тыльная сторона строя?
4. Что такое фланг, интервал и дистанция
5. Что такое ряд, ширина строя и глубина строя?

6. Какими могут быть одношереножный и двухшереножный строи?
7. Что такое колонна, какой военнослужащий называется направляющим и замыкающим?
8. Что такое развернутый и походный строй?
9. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю?
10. Как осуществляется управление строем?

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 5

1. Знание терминов боевых (тактических) характеристик стрелкового оружия и боеприпасов.
2. Знание материальной части, тактико-технических характеристик и боевых свойств пистолета Макарова (ПМ).
3. Знание материальной части, тактико-технических характеристик и боевых свойств снайперской винтовки Драгунова (СВД).
4. Знание материальной части, тактико-технических характеристик и боевых свойств гранатомета РПГ-7В и ручных осколочных гранат.
5. Знание материальной части, тактико-технических характеристик и боевых свойств автомата АК-74.
6. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием;
7. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке.
8. Требования безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.
9. Назначение и составные части АК-74.
10. Порядок сборки разборки АК-74.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 6

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 6

1. Сущность и содержание общевойскового боя.
2. Силы и средства вооруженной борьбы в общевойсковом бою.
3. Способы ведения общевойскового боя.
4. Построение сил и средств мотострелковых подразделений.
5. Боевой порядок мотострелкового взвода.
6. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений.
7. Назначение, классификация инженерных боеприпасов и их характеристики.
8. Назначение, классификация инженерных заграждений и их характеристики.
9. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, их маскировка.
10. Полевые фортификационные сооружения: укрытия, убежища.

11. Виды и средства связи, применяемые в подразделениях тактического звена.

12. Порядок оборудования одиночного стрелкового окопа, его элементы и размеры.

13. Приемы выполнения работ при оборудовании окопа для стрельбы лежа и последовательность его расширения для стрельбы с колена и стоя.

14. Современные виды связи, применяемые в Вооруженных силах Российской Федерации.

15. Приемы м методы обеспечения устойчивой, бесперебойной связи в подразделениях тактического звена.

16. Дайте определение понятию «Вооруженные силы Российской Федерации»?

17. Кто, в соответствии с Конституцией осуществляет руководство, а кто управление Вооруженными Силами Российской Федерации?

18. Разъясните предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации и назовите основные решаемые ими задачи в мирное время, в период непосредственной угрозы военного нападения на РФ и в военное время?

19. Дайте определение понятию «Вид вооруженных сил» и «Род войск вооруженных сил». Назовите Виды ВС РФ и Рода войск ВСРФ.

20. Раскройте предназначение и общую структуру Сухопутных войск, Военно-Морского флота, Воздушно-космических сил, Ракетных войск стратегического назначения, Воздушно-десантных войск.

21. Назовите образцы вооружения Сухопутных войск и сообщите основные тактико-технические характеристики: автомата Калашникова АК-74, БМП-3, БТР-80, Танка Т-90, Реактивной системы залпового огня БМ-21 «Град».

22. Назовите образцы вооружения Военно-морского флота ВС РФ и сообщите основные тактико-технические характеристики: Тяжелого авианесущего крейсера «Адмирал Флота Советского Союза Кузнецов».

23. Назовите образцы вооружений Воздушно-космических сил и сообщите основные тактико-технические характеристики боевого самолета МИГ-31.

24. Назовите ракетные комплексы стратегического назначения, состоящие на вооружении Ракетных войск стратегического назначения ВС РФ.

25. Назовите тактико-технические характеристики БМД-3.

26. Типовая организационная структура мотопехотного батальона армии США и основное вооружение входящих в него боевых подразделений. Основные тактико-технические характеристики БМП М2 «Брэдли»

27. Танковый батальон армии США, его типовая организационная структура и основное вооружение. Основные тактико-технические характеристики танка М1 «Абрамс»

28. Мотопехотный батальон армии ФРГ, его типовая структура и основное вооружение входящих в него боевых подразделений. Основные тактико-технические характеристики БМП «Мардер» и БТР «Фукс».

29. Танковый батальон армии ФРГ, его типовая структура и основное вооружение входящих в него боевых подразделений. Основные тактико-технические характеристики танка «Леопард-2».

30. Назовите преимущества в тактико-технических характеристиках танка Т-90 в сравнении с танком М1 «Абрамс» и «Леопард-2».

Задания для самостоятельной работы к Разделу 7

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 7

1. Ядерное оружие. Средства его применения.
2. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения.
3. Химическое оружие. Средства его применения.
4. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека.
5. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности.
6. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения.
7. Зажигательное оружие. Средства его применения.
8. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 8

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 8

1. Какую информацию содержат пояснительные подписи на карте?
2. Как изображается рельеф на топографических картах?
3. Какие цвета используются для изображения объектов на топографических картах?
4. Как оформляется лист карты?
5. Способы измерения расстояний по карте.
6. Способы оценки площадей объектов по карте.
7. Как определяют расстояние глазомерно? Какие факторы оказывают влияние на точность глазомерного определения расстояния?
8. Способ измерения расстояния шагами.
9. Как определяется расстояние по времени и скорости движения (по соотношению скоростей звука и света)?
10. Как определяется расстояние на слух?
11. Дать определение ориентирования на местности.
12. Определение сторон горизонта различными способами.
13. Что значит ориентировать карту? Какими способами может быть выполнено ориентирование карты?
14. Как ориентируют карту по компасу (по Полярной звезде)?

Задания для самостоятельной работы к Разделу 9

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 9

1. Нормативные документы, регламентирующие оказание первой помощи военнослужащим Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, и воинских формирований Российской Федерации.
2. Общие правила оказания первой помощи.
3. Алгоритм оказания первой помощи.

4. Сущность оказания первой помощи.
5. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации.
6. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь военнослужащим Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, и воинских формирований Российской Федерации.
7. Правила оказания первой помощи военнослужащим Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, и воинских формирований Российской Федерации.
8. Дополнительные мероприятия по оказанию первой помощи, которые проводятся военнослужащими и медицинскими специалистами, прошедшими подготовку по программам подготовки по оказанию первой помощи, утвержденным Министерством обороны Российской Федерации, ФОИВ и (органами), уполномоченными в области управления другими войсками, воинскими формированиями.
9. Первая помощь при ранениях. Особенности проведении мероприятий по оказанию первой помощи раненому на поле боя.
10. Первая помощь при механических травмах и переломах костей.
11. Комплектация аптечек и медицинских комплектов.
12. Тактическая аптечка.
13. Способы эвакуация раненых с поля боя в тыл.
14. Особенности эвакуации раненых военнослужащих в укрытие.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Военно-политическая подготовка

Тема 1.1. Геополитическое положение России в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны





Новая госпрограмма вооружения России

(Утверждена Президентом РФ в январе 2024 г.)

характеристики некоторых видов гиперзвукового оружия

Название	Тип	Скорость, Мах	Дальность, км	Носитель
Авангард	Блок глиссирующего полёта	27	6000	Межконтинентальная баллистическая ракета
Кинжал	Ракета воздух-земля	10	2000	Истребитель МиГ-31
Циркон	Ракета море-земля	9	1000	Корабль или подводная лодка
Буревестник	Крылатая ракета с ядерным двигателем	20	Неограниченная	Наземный пусковой комплекс







Тема 1.2. Цели и задачи военно-политической работы. Средства, формы и методы военно-политической работы в ВС РФ.













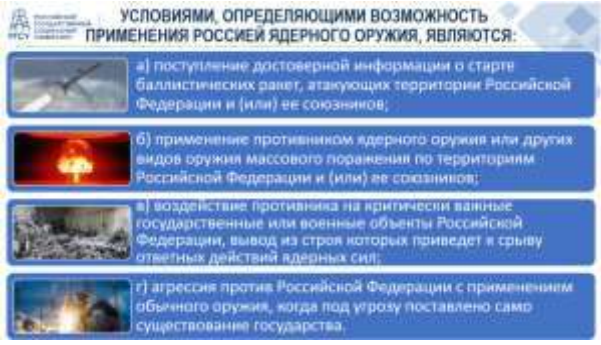
РАЗДЕЛ 2. Правовая подготовка

Тема 2.1. Военная доктрина РФ. Правовые основы политики России в области ядерного сдерживания









Тема 2.2. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы









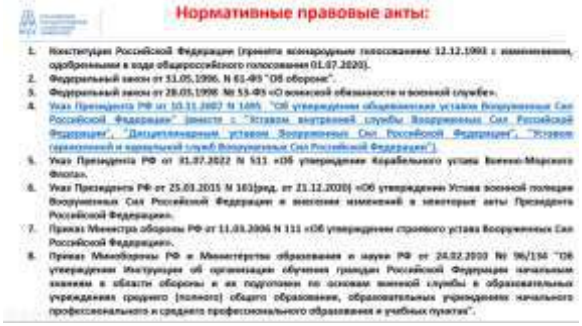
РАЗДЕЛ 3. Общевоинские уставы ВС РФ

Тема 3.1. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание.



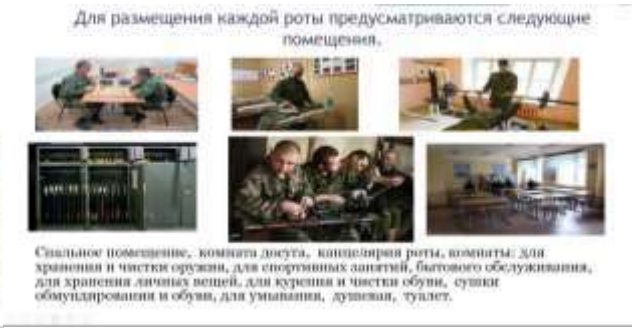


Тема 3.2. Внутренний порядок и суточный наряд













РАЗДЕЛ 4. Строевая подготовка

Тема 4.1. Строевые приёмы и движение без оружия









РАЗДЕЛ 5. Огневая подготовка из стрелкового оружия

Тема 5.1. Основы и правила стрельбы, приёмы и способы ведения огня из стрелкового оружия









Тема 5.2. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат







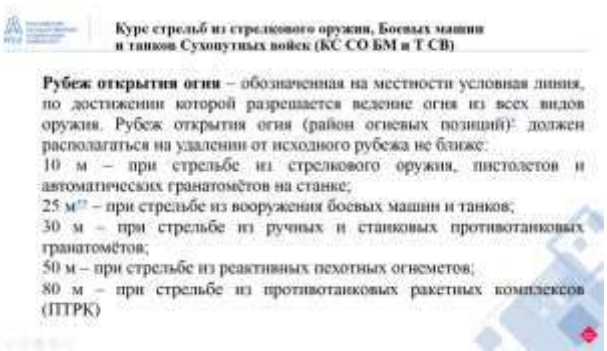


Тема 5.3. Выполнение упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия









РАЗДЕЛ 6. Основы тактики общевойсковых подразделений

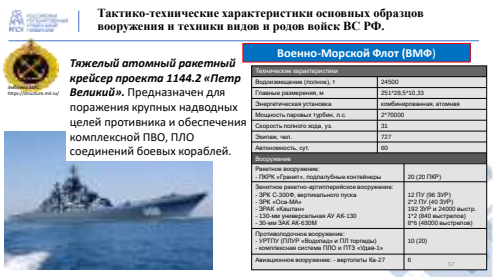
Тема 6.1. Вооружённые Силы Российской Федерации их состав и задачи





Тема 6.2. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ





Тема 6.3. Основы общевойскового боя









Тема 6.4. Основы инженерного обеспечения



Тема 6.5. Организация воинских частей и подразделений, вооружение, боевая техника вероятного противника









РАЗДЕЛ 7. Радиационная, химическая и биологическая защита

Тема 7.1. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие



РАЗДЕЛ 8. Военная топография

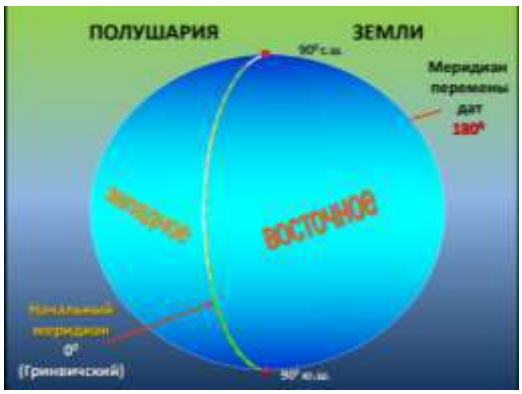
Тема 8.1. Местность как элемент боевой обстановки. Измерения и ориентирование на местности без карты, движение по азимутам





Тема 8.2. Топографические карты и их чтение, подготовка к работе. Определение координат объектов и целеуказание по карте.









РАЗДЕЛ 9. Основы военно-медицинской подготовки

Тема 9.1. Медицинское обеспечение войск (сил). Организация медицинского обеспечения воинских формирований тактического звена





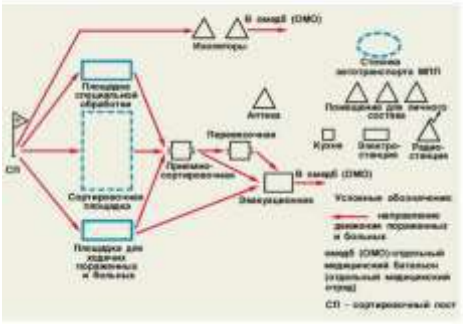
Приложение к приказу Министра обороны Российской Федерации от 13 июня 2023 г. N 340

Порядок
организации подготовки военнослужащих и медицинских специалистов медицинских (военно-медицинских) организаций, частей и медицинских (военно-медицинских) подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации по проведению мероприятий по оказанию первой помощи

- I. Общие положения
- II. Организация подготовки военнослужащих и медицинских специалистов по проведению мероприятий по оказанию первой помощи
- III. Организация подготовки инструкторов по тактической медицине



Схема развёртывания медицинского пункта полка



Определение признаков жизни и смерти

Признаки жизни

- Сердцебиение. Определяется на слух, приложив ухо к грудине.
- Пульс – это ритмичное колебание стенки артерии в результате работы сердца. Определяется на сонной, бедренной и лучевой артерии. В тяжелых случаях только на сонной артерии. Пульс не измеряют большим пальцем.
- Норма: для взрослого 60 - 90 ударов в минуту; ребенка 90 - 12 лет 90 – 100 ударов в минуту; грудного ребенка 120 - 140 ударов в минуту.
- Дыхание. Определяется по движению грудной клетки и живота или поднося ко рту «зеркалу» пострадавшего зеркало, которое от дыхания запотевает.
- Реакция роговицы глаза на раздражение. К роговице аккуратно прикасаются кончиком носового платка (не пальцем!), роговица глаза раздражается, появляется роговичный рефлекс, глаз смежится, веко моргает.
- Реакция зрачков на свет. Если человек лежит с открытыми глазами, то ему закрывают глаза ладонью на 5 - 10 секунд, а затем ладонь убирают и светят в глаза источником света (фонариком, дисплеем мобильного телефона). Зрачок должен сузиться.
- Набухание вен конечностей ниже места их перетягивания.

Признаки клинической смерти

Прекращение жизненно важных функций организма (дыхания и сердцебиения):

судороги, в отличие от некоторых заболеваний (эпилептический припадок), судороги не ярко выражены;

патологическое дыхание – точечное короткого временем (15 - 20 секунд), движение частое, поверхностное, прерывистое, возможно появление пены у рта;

реакция зрачков на свет сохранена, что подтверждает факт жизни головного мозга.

Признаки биологической смерти

Наличие симптомов «ходячий труп», появляется через 25-30 минут после смерти, при сдавлении глаза зрачок деформируется и становится вертикальным, как у кошки;

трупные пятна и высыхание роговицы глаза;

трупное окоченение, которое возникает через 2-4 часа после смерти.

В зоне боевых действий выделяют три зоны

- «Красную», где крайне опасно – это в поле видимости и под обстрелом противника.
- «Жёлтую», где чуть менее опасно, прямой видимости противника нет, есть какие-то укрытия, стены, крыша, окопы, ложбины местности, но враг всё равно может достать тяжёлым вооружением или системами, работающими по навесной траектории (миномёт, АГС, подствольники).
- «Зелёную», где безопасно, в глубоком тылу или, как минимум, в фундаментальных подвалах, специализированных бомбоубежищах, бункерах.

Эвакуация раненых с поля боя в тыл



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля)предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структу-

ре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и сим-

волов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема занятия: Бег на короткие и длинные дистанции

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Легкая атлетика. Освоение беговой техники на учебных занятиях будут начинаться со следующих упражнений:

1) стоя на правой ноге, руки на поясе, выполнять свободные маховые движения левой ноги (затем повторить упражнение, поменяв ноги);

2) принять это же исходное положение, только правой рукой надо поддерживать снизу правую ногу, согнутую в колене и поднятую вперед под прямым углом к туловищу. Отпустить руку, чтобы нога падала вниз, делала захлестывающее движение и по инерции выходила вперед (то же самое проделать, поменяв ноги).

На первых занятиях выполнить эти упражнения по нескольку раз. Научившись правильно работать ногами на месте, переходить к беговым упражнениям. Пробежки на расстоянии 30-40 м, держа руки на поясе и следить за правильным положением тела. Потом, добавлять бег с захлестыванием голеней назад. Выполнять это упражнение, руки держать на поясе, а туловище слегка наклонять вперед.

В промежутках между беговыми упражнениями выполнять движения для рук и плечевого пояса:

1) стоя на месте, руки прямые, туловище слегка наклонять вперед. Согнуть руки в локтевых суставах и делать несколько движений в разном темпе вперед-назад;

2) Бег в легком темпе несколько отрезков 50-100 м, добиться ритмичной работы рук и ног.

Для развития быстроты применять упражнения с большой частотой движений: бег на коротких отрезках с максимальными усилиями, упражнения на ускорение двигательной реакции, бег под уклон, бег с использованием световых или звуковых лидеров, а также некоторые спортивные игры. В метаниях, кроме того, применять облегченные снаряды, обеспечивающие возможность быстрых, взрывных усилий.

Основные средства для повышения общей выносливости у занимающихся будут: длительный бег с умеренной скоростью. А, для развития специальной выносливости будут применяться следующие упражнения:

1. Различные многоскоки.
2. Бег прыжками.
3. Семенящий бег.
4. Бег с высоким подниманием коленей.
5. Пяти - десятикратные прыжки и т. д.

Тема занятия: Прыжки в длину и высоту

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Техника обучения прыжкам в длину и высоту

Упражнения для обучения техники разбега.

Упражнение 1. Равномерное пробегание отрезков 20–25 м с высоким подниманием бедра.

Упражнение 2. То же, с ускорением.

Упражнение 3. Выполнение 7–11 шагов с увеличением темпа движений в конце и попаданием толчковой ногой в зону отталкивания 60х60 см.

Упражнение 4. Пробегание через набивные мячи, меняя расстояние между ними.

Повторение упражнений по мере освоения техники исполнения.

Упражнения для обучения технике отталкивания.

Упражнение 1. Исходное положение – толчковая нога и противоположная ей рука впереди, маховая нога и другая рука сзади. Имитация движений при отталкивании (на месте) с активным выведением бедра маховой ноги вперед – вверх (до уровня таза) и одновременно сменой положения рук.

Упражнение 2. То же, но с отталкиванием вверх.

Упражнение 3. Прыжки в длину с места толчком одной ноги с приземлением на обе ноги. Исходное положение – поставить толчковую ногу вперед примерно на 0,5–1 м от края прыжковой ямы (матов). Маховую ногу отставить назад на полшага. Из этого положения быстро вынести согнутую в колене маховую ногу и противоположную ей руку вперед – вверх и одновременно оттолкнуться другой ногой. Приземление осуществляется на две ноги.

Упражнение 4. То же, но с двух или трёх шагов. Исходное положение – толчковая нога впереди, маховая сзади.

Упражнение 5. Прыжки в «шаге» по кружкам, начерченным на земле (расстояние между кружками до 1,5 м).

Упражнение 6. Прыжки в длину с короткого разбега (с 2–6 беговых шагов) через горизонтальное препятствие (веревочку, планку, резиновую ленту и т. п.) на высоте 20–30 см и на расстоянии 1 – 1,3 м от места отталкивания.

Упражнение 7. Прыжки в длину с разбега с приземлением в «зоны», обозначенные (линиями) в прыжковой яме. Для девушек 190, 230, 260 см, для юношей – 250, 280, 310 см.

Упражнение 8. Прыжки в длину со среднего разбега (с 8–12 беговых шагов).

Повторение упражнений по мере освоения техники исполнения.

Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Разбег. Отталкивание. Полёт. Приземление. Совершенствование техники прыжка в длину «согну ноги».

Легкий бег 5-7 минут.
Комплекс ОРУ в парах.
СБУ для развития силы.
Обучения технике разбега.
Обучения технике отталкивания.

Комплекс ОРУ в парах

1. И. п. — стоя лицом друг к другу, партнеры наклоняют туловище вперед, руки находятся на плечах партнера. Выполнить глубокие, пружинистые покачивания вперед. Повторить 10—12 раз.
2. И. п. — стоя спиной друг к другу, ноги врозь, руки прямые вверху сплетены с пальцами партнера. Выполнить наклоны туловища в стороны не разрывая рук. Повторить 10—12 раз.
3. И. п. — стоя спиной друг к другу, руки выпрямлены и подняты вверх. На счет 1 — выпад правой ногой вперед прогнуться в пояснице, 2 — вернуться в и. п., на 3 — выпад левой ногой вперед прогнуться в пояснице, 4 — вернуться в и. п. Повторить 10—12 раз.
4. И. п. — правые руки вперед, левые согнуты, хват пальцами. Выполнить поочередное сгибание и разгибание рук с сопротивлением партнера. Повторить 10—12 раз.
5. И. п. — стоя лицом друг к другу, взявшись за руки. Выполнить синхронные приседания. Темп средний. Повторить 10— 12 раз.
6. И. п. — стоя спиной друг к другу, прямые руки в стороны. Выполнить повороты туловища вправо и влево, не отрывая стоп от земли. Амплитуда движений максимальная. Повторить 10—12 раз.
7. И. п. — стоя лицом друг к другу, широкая стойка, ноги врозь. На счет 1 — выпад вправо, 2 — вернуться в и. п., на 3 — выпад влево, 4 — вернуться в и. п. Повторить 10—12 раз.
8. И. п. — стоя спиной друг к другу, руки вверху прямые, взявшись за кисти друг друга. Попеременные наклоны туловища вперед с партнером на спине. Повторить 10—12 раз.
9. И. п. — стоя спиной друг к другу, руки опущены вниз. Выполнить мах правой ногой в сторону вверх, затем левой ногой. Повторить 10—12 раз.
10. И. п. — стоя лицом друг к друг, поднять прямые руки вверх и взяться за кисти партнера. Выполнить повороты туловища влево — вправо не разъединяя рук. Повторить 10—12 раз.
11. И. п. — стоя спиной друг к другу, широкая стойка, ноги врозь, взявшись за руки. На счет 1 выполнить одновременно наклон туловища вперед, на 2 — вернуться в и. п. Повторить 10—12 раз.
12. И. **п.** — стоя лицом друг к другу, правая нога прижата к бедру партнера. Выполнить 10—12 раз подскоков на правой ноге, затем на левой.

Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание»

Легкий бег 5-7 минут.
Комплекс ОРУ на развитие гибкости.
Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание»

Комплекс упражнений на развитие гибкости.

1. И. п. — о. с., наклоны туловища вперед до касания ладонями пола. Колени не сгибать. Повторить 15—20 раз.
2. Сидя, раздвинув ноги в стороны, наклоняться поочередно к правой и левой ноге, стараясь коснуться лбом колена. Повторить 15—20 раз.
3. Сед, колени согнуты, ступни прижаты друг к другу. Удерживая руками ступни ног вместе, наклоняться вперед, стараясь при этом коснуться ног лбом. Повторить 10—15 раз.
4. Стоя, максимально развести ноги до легкой боли в паху. Пружинисто покачиваясь, стремиться, постепенно садясь в шпагат. Повторить 2—3 раза на каждую ногу.

5. Встать на колени, затем сесть на пятки. Медленно наклоняясь назад, коснуться лопатками пола. Повторить 10—12 раз.
6. И. п. — сед на пятках. Взяться руками за пятки и, не отрывая их от пола, прогнуться. Повторить 8—10 раз, чередуя с наклоном туловища вперед.
7. И. п. — сед, ноги вместе. Наклон туловища вперед, стараясь достать носки стоп. Повторить 10—12 раз.
8. И. п. — сед, правая нога прямая, левая развернута под углом 90°. Наклон туловища вперед касаясь лбом правого колена. То же самое на другую ногу. Повторить 10—12 раз.
9. И. п. — лежа на животе, руки согнуты в локтях около груди. На счет 1 прогнуться в пояснице вверх руки выпрямить в локтях. На 2 — и. п. Повторить 10—12 раз.
10. И. п. — лежа на спине. На счет 1 — переход в упор лежа сзади на предплечьях. Повторить 10—12 раз.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (команды, указания, инструкции, беседа, диалог)

Раздел 2. Волейбол

Тема занятия: Индивидуальные технические действия в волейболе

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Волейбол. Прыгучесть – это комплексное проявление силы мышц ног и способности мышц к мгновенному сокращению в игровых видах спорта. Именно поэтому развитию прыгучести в в**олейболе** необходимо уделять особое внимание.

На занятиях со студентами будут использоваться преодолевающие упражнения на силу (различные прыжки в глубину, упражнения с выпрыгиванием с отягощением из приседа и из полу приседа, запрыгивание на предметы, расположенные на различной высоте).

А, также упражнения как преодолевающего, так и уступающего характера. Примерами данных упражнений будут служить: медленное приседание утяжелителем оптимального веса на плечах с последующим медленным или быстрым распрямлением ног или выпрыгиванием, различные упражнения, включающие в себя сопротивление партнера, различные упражнения, включающие сопротивление партнера.

Упражнения для развития специальной выносливости волейболистов.

Упражнение на выносливость волейболистов №1. Многократные прыжки различной высоты как на двух, так и на одной ноге.

Упражнение на выносливость волейболистов №2. Игрок последовательно имитирует нападающий удар и блокирование (удар – один блок, удар – два блока и т. д.), после чего максимально быстро отходит на линию нападения для повторного выполнения упражнения. В упражнении может быть 20-50 прыжков.

Упражнение на выносливость волейболистов №3. Пятнадцатисекундные серии прыжков. В первой серии выполняется наибольшее количество прыжков, во второй – прыжки максимальной высоты и т. д. В 4-5 серии прыжки совершаются без остановок, непрерывно 1-1.5 минуты. Эти же упражнения можно выполнять со скакалкой.

Упражнение на выносливость волейболистов №4. Серийное выполнение бросков на грудь с быстрым перемещением между броском в два-три шага. Количество бросков может колебаться от 5 до 10.

Упражнение на выносливость волейболистов №5. Игрок, располагаясь у сетки, совершает 10 подскоков, после чего имитирует блок либо нападающий удар. Следующая имитация блока или нападающего удара осуществляется после 9 подскоков, затем 8, 7, 6 и т. д.

Упражнение на выносливость волейболистов №6. Эстафеты с различными перемещениями, чередующимися с кувырками вперед и назад.

Примерные упражнения на технику игры в волейболе:

- Нападающий удар: в 2–4 раза.
- Блокирование: в 2–4 раза.
- Подача: в 12–15 раз.
- Передача: с 12–15 раз.

- Прием подач: в 10–12 раз.
- Прием нападающих ударов в 8–10 раз.

Развитие быстроты волейболистов, упражнения на скорость.

При выполнении большинства технических приемов волейболисту требуется скорость. Применение упражнений, направленных на развитие скорости по зрительному сигналу, способствуют не только развитию скорости движений, но и быстроты ответной реакции.

Развитию быстроты перемещения также способствуют рывки на короткие отрезки с резким изменением направления движения и резкими остановками. Развитию скорости переключения в действиях – разнообразные сочетания имитационных упражнений, выполняемые в различной последовательности.

Упражнения для развития специальной гибкости волейболистов: упражнения с помощью и с сопротивлением партнера; гимнастические упражнения, амплитуда которых постепенно увеличивается; повторные пружинящие движения.

Для увеличения амплитуды движения будут использоваться небольшие отягощения, позволяющие сохранить необходимую структуру движений.

Индивидуальные технические действия.

Передача мяча сверху двумя руками, передача мяча с собственного подбрасывания.

Передача мяча сверху двумя руками с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения.

Передачи мяча в парах, отбивания мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее из зоны в зону.

Передача мяча в парах, отбивания мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее стоя спиной в направлении передачи сверху из глубины площадки.

Прием мяча сверху двумя руками: отскочившего от стены, после броска в сторону, после броска через сетку

Прием мяча от нижней и верхней прямой подачи в зону нападения; сверху двумя руками, снизу двумя руками, с подачи в зонах 6, 1, 5 и передача в зоны 3,2; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 4.3,2.

Подача мяча прямая верхняя и нижняя, верхняя боковая.

Нападающий удар через сетку по ходу из зон 4,3,2; в зонах 4,2 с передачей из глубины площадки

Нападающий удар из зоны 3 с высоких и средних передач; с удаленных от сетки передач.

Тема занятия: Групповые технические действия в волейболе

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Групповые технические действия.

Взаимодействие игроков в передней линии в нападении: взаимодействие игроков в задней линии при приеме мяча с подач, взаимодействие игроков зон 6,5,1 с зоной 3, взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (при второй передаче).

Групповые действия. Взаимодействие игроков при второй передаче зон 6,1,5 с зоной 2 (при приеме от передачи подач).

Прием подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Прием подач: первая в зону 3, вторая передача в зоны 4,2 стоя лицом в сторону передач. Система игры со второй передачи и игрока передней линии.

Тактика защиты. Выбор места при приеме подач. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 1,3.

Система игры в защите при страховке нападающего игроком задней линии. Взаимодействие игроков зон 2 и 6 при приеме трудных мячей от подач, нападающих ударов, обманных действиях соперников.

Взаимодействия игроков задней линии: игрока зоны 1 с игроком зоны 6, игрока зоны 5 с игроком зоны 6, игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 6;

Взаимодействия игроков задней линии: игроков передней линии: игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2, игроков зон 5,1,6 с игроками зон 4,2 при приеме, подаче и передаче (при обманных действиях).

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий. Игра в волейбол.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, беседа)

Раздел 3. Баскетбол

Тема занятия: Индивидуальные технические действия в баскетболе

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

БАСКЕТБОЛ. Действия без мяча: передвижения приставными шагами правым и левым боком с чередованием скорости и направлением движения; переход с передвижения правым боком на передвижение левым боком; передвижение в основной стойке, остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге; повороты на месте (вперед и назад).

Техника владения мячом. Ловля мяча: одной и двумя руками на уровне груди, двумя руками высокого мяча двумя руками низкого мяча, катящегося мяча (стоя на месте и в движении).

Передачи мяча: двумя руками от груди, двумя руками сверху, одной рукой от плеча. Передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой сверху, одной рукой снизу. Передачи мяча изученными способами при встречном движении и при поступательном.

Броски мяча двумя руками от груди, двумя руками сверху, броски мяча одной рукой сверху в движении после двух шагов, движение одной рукой в прыжке после ловли мяча: в прыжке со средней и дальней дистанции, с места одной рукой, сверху и с дальней дистанции; штрафной бросок.

Ведение мяча: на месте и в движении с высоким и низким отскоком; с изменением направления и скорости движения, высоты отскока мяча от пола. Обводка противника без зрительного контроля. Ведение с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног.

Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход.

Техника защиты. Техника передвижений; стойка защитника с выставленной вперед ногой. Стойка со ступнями, но одной линии. Сочетания способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Индивидуальные действия в защите (перехваты мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину).

Спортивные игры: баскетбол по упрощенным и основным правилам.

Подвижные игры с использованием элементов техники игры.

Тема занятия: Групповые технические действия в баскетболе

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Групповые действия. Взаимодействие двух игроков - подстраховка, отступание, проскальзывание. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи», трех игроков «треугольник». Методика обучения.

Групповые действия в защите - основа эффективной игры в защите. К групповым взаимодействиям при численном равенстве противника относим: переключения, проскальзывание, подстраховку, организацию борьбы за отскок и групповой отбор мяча.

Переключение. Это обмен подопечными игроками, когда одному из защитников затруднены условия опеки или не удалось удержать своего соперника. Чаще всего это встречается при успешном применении заслона. Защитник, опекающего игрока, ставящего заслон и определивший, что его партнер не может следовать за своим подопечным, переключается на него, оставляя своего нападающего партнеру, которого предупреждает об этом. Переключения используем и когда защитники расположены на более значительных расстояниях друг от друга. Так если при опеке по всей площадке нападающий без мяча убежал от своего подопечного или опередил его с ведением, на его опеку немедленно переключается ближайший защитник.

Проскальзывание. Его применяем в тех случаях, когда нецелесообразно переключаться, так как создались неблагоприятные условия при единоборстве и чаще всего- при встречных и скрестных передвижениях. Выполняя проскальзывание, защитник, опекающий менее опасного в данной ситуации нападающего, несколько отступает от своего подопечного и пропускает вперед своего партнера, который по кратчайшему пути продолжает следовать за своим игроком. При выполнении проскальзывания во время опеки нападающих без мяча пропускают того защитника, подопечный которого делает более опасный

выход. При опеке нападающих, действующих с мячом, проскальзывает защитник, опекающий игрока с мячом.

Подстраховка. Это действия одного или нескольких игроков, Помогающих партнеру опекать противника. Наиболее часто встречается подстраховка игроков под щитом. Ее может обеспечивать защитник, противодействующий нападающему, не владеющему точным броском, располагаясь перед центровым игроком со стороны своего подопечного. Подстраховку центрового могут выполнять поочередно все игроки, подопечные которых в данный момент располагаются ближе к центровому. Подстраховку применяем против технически сильных игроков.

Взаимодействия при борьбе за отскок мяча от щита. Цель их - не пропустить нападающих в наиболее вероятную зону отскока. Для этого три партнера образуют "треугольник отскока" основание которого образуют два игрока, занявшие позиции справа и слева от щита, а вершину- игрок, вышедший в область штрафного броска. Как только мяч направлен в корзину, ближайшие к щиту защитники выходят на указанные позиции, стараясь оставить нападающих за спиной и своими действиями активно мешать им занять выгодные позиции для ловли мяча. После того как создано территориальное преимущество, главным становится овладение мячом в возможно более высокой точке. Защитники, расположившиеся в дали от щита, участвуют в борьбе за мяч при дальних отскоках. Смещаясь к щиту для овладения мячом, они внимательно следят за своими подопечными отсекая их выходы вперед.

Групповой отбор мяча. Эти взаимодействия требуют решительности, высокой маневренности и техничности в отборе мяча. Наилучшие возможности представляются при встречных и скрестных передвижениях и при защитных действиях по зонному принципу. В первых двух случаях, как только сближаются два нападающих, защитник, опекавший игрока без мяча, активно подключается к атаке владеющего им; в третьем партнеру в зоне которого находится игрок с мячом, помогают атаковать его защитники ближайших зон.

Действия при численном неравенстве защитников. Осуществляют их при меньшинстве и превосходстве над нападающими. Используя в ходе отступления к защищаемой корзине и непосредственно вблизи щита. В первом случае главная задача не атаковать игрока с мячом, а располагаться между нападающими и меняя позиции в зависимости от положения мяча, сдерживать их передвижение и остановить, пропустив к корзине.

Действуя у щита, ближайший нападающий с мячом защитник атакует его, стараясь не дать выполнить бросок в корзину или осуществить точную передачу. Другие партнеры располагаются между оставшимися нападающими, занимая позиции, затрудняющие тем ловлю мяча и создающие возможность своевременного переключения на игрока, получившего мяч. Самое целесообразное расположение двух защитников против трех нападающих- друг за другом, трех против четырех - в форме треугольника.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, команды, диалог, беседа)

Раздел 4. Стрельба

Тема занятия: Изучение техники стрельбы из пневматической винтовки

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Тренировка в стрельбе по мишени из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы.

Инструкторская практика:

Выполнение обязанностей инструктора, помощь в исправлении замеченных ошибок в выполнении элементов выстрела.

Тренировка в стрельбе по мишени из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы.

Инструкторская практика:

Выполнение обязанностей инструктора, помощь в исправлении замеченных ошибок в выполнении элементов выстрела.

Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовка для стрельбы стоя, прицеливание, управление спуском, дыхание.

Внутренний контроль, за статической работой мышц, удерживающих систему «стрелок-оружие».

Отработка технологии производства выстрела. Доклады о получении боеприпасов, заряжание, изготовка к стрельбе, прицеливание, производство выстрела, доклад о завершении стрельбы.
Освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «стоя», (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).

Стрельба по мишени из положения стоя с опорой и без опоры

Освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «стоя», (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).

Стрельба по мишени из положения стоя без опоры

Координирование работ по удержанию системы «стрелок-оружие», прицеливанию и выжиму спуска («параллельность работ»).
Тренировка строго определенных групп мышц, повышение специальной выносливости к длительной статической работе. Устранение недостатков физического развития.

Тренировка в стрельбе по мишени из положения стоя.

Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.
Проверка понимания сути явлений, уточнения и добавления:
- «колебания», «устойчивость», «район колебаний»;
- «ожидание выстрела», «встреча выстрела»;
- «ожиданно-неожиданный выстрел»;
- «сохранение рабочего состояния во время и после выстрела»;
- координирование удержания позы-изготовки,
- прицеливание и нажим на спусковой крючок.

Тема занятия: Изучение техники стрельбы из пневматической винтовки

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.

Тренировка в стрельбе по мишени из положения стоя.
Тренировка строго определенных групп мышц, повышение специальной выносливости к длительной статической работе. Устранение недостатков физического развития.
Тренировка в стрельбе по мишени из положения стоя. Совершенствование техники и навыков стрельбы.
Тренировка строго определенных групп мышц, повышение специальной выносливости к длительной статической работе. Устранение недостатков физического развития.
Судейская практика:
Шифровка мишеней, работа в качестве показчика и контролера.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Раздел 5. Шахматы

Тема занятия: Изучение правил игры в шахматы

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, сдача реферата.

Перечень тем рефератов:

1. История шахмат: происхождение и развитие игры.
2. Психология шахмат: как игра влияет на развитие умственных способностей.
3. Шахматы в образовании: как использование шахмат в учебном процессе помогает развивать логическое мышление.
4. Шахматы как спорт: особенности тренировок и соревнований.
5. Шахматы и компьютерные программы: как искусственный интеллект изменил игру.
6. Шахматы и культура: влияние шахмат на литературу, кино и другие искусства.
7. Шахматы и стратегическое мышление: как игра помогает развивать стратегическое мышление и принятие решений.

8. Шахматы и социальные навыки: как игра помогает развивать коммуникативные навыки и учиться работать в команде.

9. Шахматы как хобби: как игра может стать увлекательным хобби для всех возрастов.

10. Шахматы и здоровье: влияние игры на психическое и физическое здоровье человека.

Тема занятия: Разучивание ходов и партий
Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Викторина «Истоки шахмат».
2. Поля, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр в шахматах.
3. Ходы шахматных фигур. Шах, мат, пат. Начальное положение.
4. Игровая практика (игра всеми фигурами из начального положения)
5. Обозначение шахматных фигур и терминов.
6. Запись начального положения. Краткая и полная шахматная нотация.
7. Запись шахматной партии. Игровая практика (с записью шахматной партии или фрагмента шахматной партии).
8. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур.
9. Анализ и доигрывание партий великих шахматистов, игра с компьютером.
10. Дидактические задания “Шах или не шах”, “Дай шах”, “Пять шахов”, “Защита от шаха”.

Ша́хматы — настольная логическая игра со специальными фигурами на 64-клеточной доске для двух соперников, сочетающая в себе элементы искусства. На учебных занятиях предусмотрены следующие практические задания: В шахматной партии принимает участие 6 видов фигур. Это:

1. Король 
2. Ферзь 
3. Ладья 
4. Слон 
5. Конь 
6. Пешка 

В каждой партии по одному королю и ферзю, по две ладьи, два слона, два коня и по восемь пешек. У каждой стороны по 16 фигур в начале игры. Всего на доске 32 фигуры, то есть в начале партии занято ровно 50% всей доски.

Начальная позиция выглядит так:



Король и ферзь располагаются вместе (их часто путают местами). Здесь важно запомнить 1 правило: в начальной позиции ферзь стоит на поле своего цвета. То есть белый ферзь в начальной позиции стоит на белой клетке, а черный ферзь на черной. Очень важно запомнить, что, когда одна фигура сбивает другую, она становится на клетку сбитой фигуры.

В процессе освоения шахматных фигур планируется постепенное их изучение студентами. А также освоение шахматным королем соперника «мат». Мат в шахматах – это нападение на короля, от которого нет защиты. Упражнение: две позиции, черному и белому королю объявлен мат. В первой позиции победили белые, во второй – чёрные.





В первой позиции белая ладья напала на черного короля. При этом королю помешали собственные пешки убежать на 7-й ряд. Во второй позиции черная ладья напала на белого короля. При этом вторая ладья не позволила королю пойти на 2-ю горизонталь. Такой мат принято называть "линейным".

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, опрос)

Раздел 6. Лыжная подготовка

Тема занятия: Изучение техники передвижения попеременного двухшажного хода

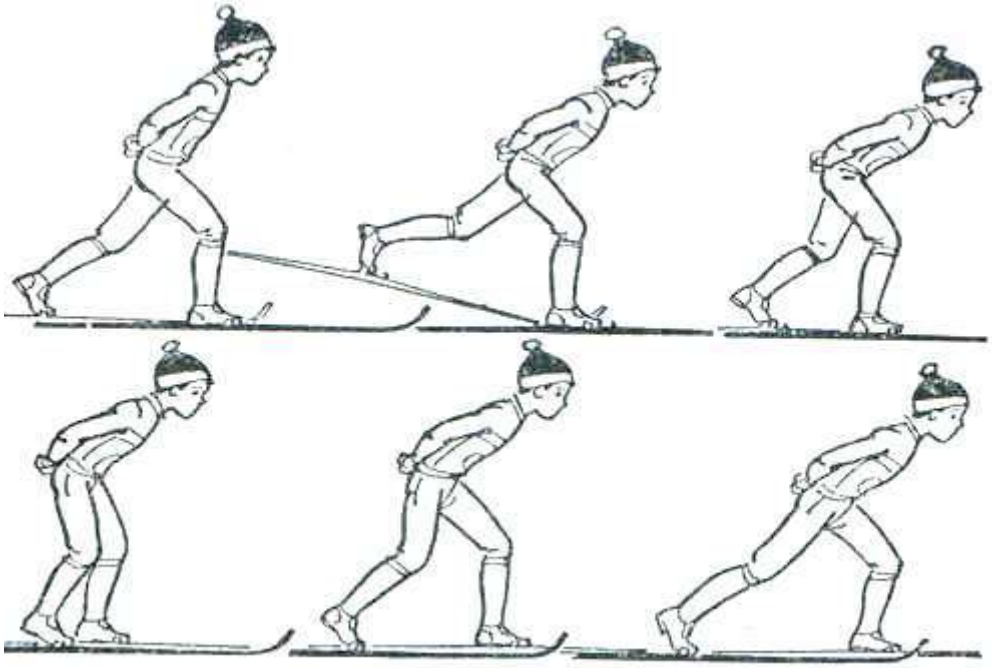
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Основными средствами на учебных занятиях по лыжному спорту будут являться: передвижение на лыжах и специально подготовленные упражнения. Специально подготовленные упражнения способствуют повышению уровня развития специфических качеств лыжника и совершенствованию элементов техники избранного вида лыжного спорта. К ним относятся разнообразные имитационные упражнения:

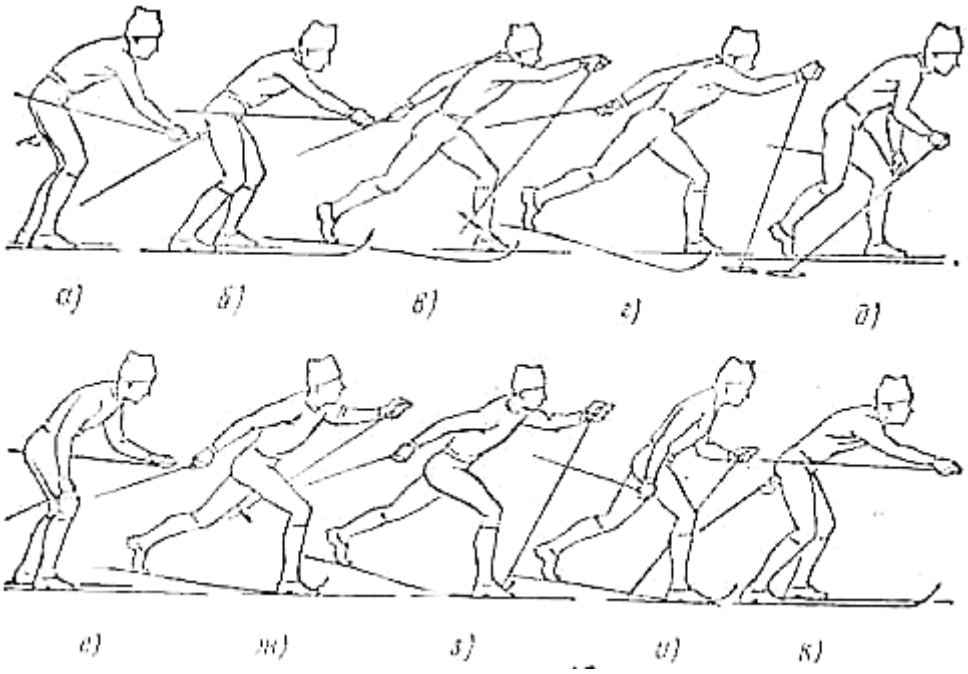
- И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, круговые вращения руками в плечевом суставе вперед и назад на 4 счета.
- И. п. — стоя на лыжах ноги на ширине плеч, руки за голову в замок. Повороты туловища в левую и в правую сторону на 4 счета.
- И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Перенести вес тела с правой на левую лыжу, затем переступание с правой на левую лыжу. Палками стараться не помогать.
- И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Неглубокие приседания, ноги выпрямляться в коленях полностью. Палки назад лапками вверх.
- И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Поочередное поднимание носков и пяток лыж при небольшом сгибании ног в колене с опорой на палки.
- И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Дополнительное упражнение на равновесие. Небольшие прыжки с ноги на ногу. Палки на весу лапками назад.
- И. п. — стоя на лыжах – ноги на ширине плеч. Махи слегка согнутой ногой вперед-назад с опорой и без на палки.

1.

Скользящий шаг без палок в движении



- **Имитация переменного двушажного хода.**



Ходьба и бег на лыжах

Занятия можно проводить как на стадионах так и в парках. Выезд или выход на занятия за пределы учебного корпуса должен осуществляться группами не более 20 человек.



Тема занятия: Изучение техники передвижения одновременного бесшажного хода

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Одновременный бесшажный ход (рисунок) применяется при движении по равнине и на пологих спусках по накатанной лыжне с хорошей опорой для палок.

Цикл хода состоит из свободного скольжения на двух лыжах и одновременного отталкивания руками. В структуре этого хода выделяют две фазы: скольжение без отталкивания руками и скольжение с отталкиванием руками.

Фазовая структура одновременного бесшажного хода.

Моменты фаз:

I – Непрерывное скольжение на двух лыжах, скольжение без отталкивания руками.

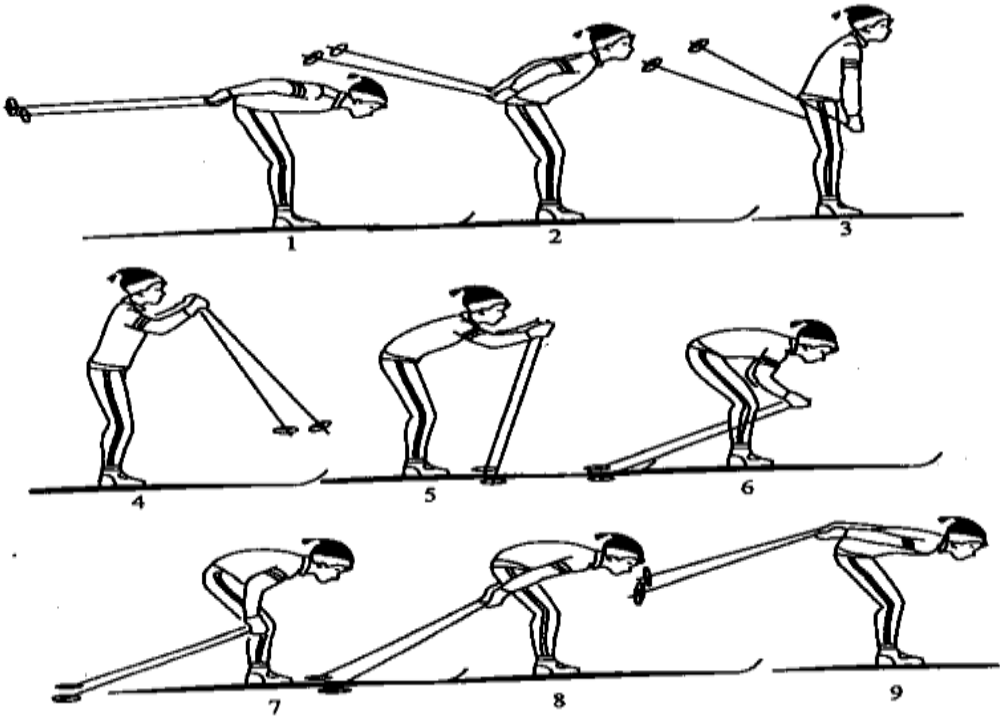
II - Непрерывное скольжение на двух лыжах. Отрыв палок от снега скольжение на двух лыжах.

III – скольжение с отталкиванием руками. Постановка палок на снег.

Техника одновременного бесшажного хода довольно проста.

Обучение проводится целостным методом.

Катание на лыжах. Тренировка изучаемого лыжного хода. Осваивание лыжной трасы, развитие скоростных и силовых качеств. Соблюдение дистанции, обгон участников.



Показать сбоку, используя различную скорость передвижения.

Продолжение обучения.Последовательность обучения одновременному бесшажному ходу.

Задача 1. Создать представление о технике одновременного
бесшажного хода

1. Краткий рассказ о ходе Рассказ не более 5 мин.
2. Показ одновременного бесшажного хода.

Показать сбоку, используя различную скорость передвижения.

3. Объяснение техники исполнения Объяснение техники исполнения хода давать в сочетании с показом, обращая внимание на медленное выпрямление туловища при прокате, вынос рук вперед и постановку палок на снег.
4. Опробование – прохождение занимающимися учебной площадки одновременным бесшажным ходом Наблюдать за выполнением движений. Выявить общие ошибки, характерные для всех занимающихся.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Раздел 7. Плавание.

Тема занятия: Техника безопасности на занятиях плаванием. Ознакомление с техникой плавания в зале, на воде ОФП.

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию организма. Купание, плавание, игры и развлечение на воде – один из самых полезных видов физических упражнений, они способствуют оздоровлению, укрепляют нервную систему человека. На учебных занятиях предусмотрены следующие виды упражнений:

Подготовительные упражнения для освоения с водой состоят из семи групп упражнений и будет изучаться в такой последовательности 1) Элементарные движения руками и ногами в воде, и передвижения; 2) Погружения. 3) Всплывания и лежания. 4) Упражнения на дыхание. 5) Прыжки и спады в воду. 6) Скольжения. 7) Опорные упражнения. Элементарные движения рук и ног.

- Упражнения для освоения техники плавания на суше.

Комплекс общеразвивающих упражнений

Упражнения для рук и плечевого пояса:

1. Движения руками, как при плавании кролем на груди.
2. Движения руками, как при плавании брассом.
3. Круговые вращения прямыми руками — 10 раз вперед, 10 раза назад, постепенно увеличивая амплитуду.
4. Круговые вращения кистями, сжатыми в кулак, в одну и другую сторону, обеими кистями одновременно и попеременно из положения руки в стороны или вперед.
5. Рывки руками назад.
6. Движения руками, как при плавании кролем на спине.

Упражнения для мышц туловищ:

1. Наклоны, доставая руками пол.
2. Наклоны, доставая пол локтями.
3. Повороты туловища, доставая руками носки ног.
4. Круговые движения тазом.
5. Три пружинистых наклона в одну и в другую сторону.

Упражнения для мышц ног:

1. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
2. Приседания.
3. Сидя на полу на пятках (носки оттянуты). Наклониться назад как можно ниже; вернуться в и.п., опираясь руками о пол.
4. Полу присед, кисти упираются о колени.Вращение коленей вправо и влево.
5.В положении стоя боком к опоре согнуть одну ногу вколенном суставе и, захватив стопу с внутренней стороны, подтянуть голень и пятку к ягодице. Отпустить ногу и выполнить еюдвижениебрассом.
6. В положении лежа на груди движения ногами, как приплавании брассом.
7. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами,как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки встороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
8. Руки на поясе — выпад правой ногой, три пружинистых покачивания, то же, выпад левой ногой.
9. То же, но смена ног прыжком.
10.То же, но выпад ногой в сторону.
11. Руки выставлены вперед — поочередные махи ногами вперед, доставая носками руки.
12. Руки в стороны — поочередные махи ногами в стороны, доставая носками руки.

- Обучение техники плавания «Кроль на груди». Первые движения ногами необходимо выполнять, держась руками за какую-нибудь неподвижную опору. Такой опорой может быть поручень или край бортика бассейна. Движение ног с приподнятой головой сменяется упражнением на задержанном вдохе при опущенном в воду лице и выпрямленных руках. Затем выполняется упражнение в согласовании с дыханием, при котором поворот головы для вдоха делается вначале в сторону прижатой правой руки, а затем — в сторону прижатой левой руки.
- После этого изучение движений ног с подвижной опорой, которой могут служить любые плавающие средства, способные поддерживать руки у поверхности воды и дающие возможность держать поднятую над водой голову (плавательная доска). Наиболее простое упражнение, при котором обучающийся держит плавательную доску за ближний к ней край с вытянутыми руками. Вначале выполняется движения с поднятой головой и произвольным дыханием. Освоив структуру движений и добившись удовлетворительного продвижения, выполнение этого же упражнение, но с опущенной в воду головой на задержанном вдохе.
- Упражнение одна рука вытянута, другая – прижата, тело на воде грудью вниз, работа ног в полной координации, Упражнение две руки прижаты к телу, работа ног в полной координации, попеременные гребки рук с доской, работа ног в полной координации.

Упражнения на суше.

1. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-2 наклон головы вперед, 3-4 наклон головы назад.
2. Исходное положение – руки к плечам, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 интенсивное вращение рук вперёд, 5-8 интенсивное вращение рук назад.

3. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 вращение в тазобедренном суставе по часовой стрелке, 5-8 вращение в тазобедренном суставе против часовой стрелки.
4. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 пружинистые наклоны корпуса в правую сторону, 5-8 пружинистые наклоны корпуса в левую сторону.
5. Исходное положение – руки на пояс, ноги как можно шире. Счет 1-2 пружинистые наклоны корпуса к правой ноге, руки тянуться к стопе, 3-4 пружинистые наклоны корпуса к средине. 5-6 пружинистые наклоны корпуса к левой ноге, руки тянуться к стопе. 7-8 исходное положение.
6. Исходное положение – полуприсед, ладони на коленных суставах. Счет 1-4 вращение в коленных суставах по часовой стрелке, 5-8 вращение в коленных суставах против часовой стрелки.
7. Исходное положение – руки на пояс. Счет 1-8 вращение голеностопным суставом (правой ноги) по часовой стрелке. 1-8 вращение голеностопным суставом (левой ноги) по часовой стрелке
8. Движения руками, как при плавании кролем на спине.
9. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
10. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами,как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки встороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
2. Упражнения в воде:
3. Сделать вдох, задержать дыхание и погрузиться в воду, опустив лицо до уровня глаз.
4. Сделать вдох, задержать дыхание и медленно погрузиться с головой в воду.
5. То же, держась за бортик бассейна.
6. Сделать вдох, задержать дыхание и, погрузившись в воду, попытаться сесть на дно.
7. Подныривания под разграничительную дорожку (резиновый круг, доску) при передвижении по дну бассейна.
8. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и сосчитать количество облицовочных плиток до дна бассейна.
9. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и найти игрушку (кольцо), брошенную на дно бассейна.
10. Взявшись прямыми руками за бортик, сделать вдох и, опустив лицо в воду (подбородок прижат к груди), лечь на воду, приподняв таз и ноги к поверхности воды.
11. Тоже, что и предыдущее упражнение, но после того, как ноги и таз приподнялись к поверхности воды, оттолкнуться кистями от бортика.
12. «Поплавок». Сделать полный вдох, задержать дыхание и, медленно погрузившись в воду, принять положение плотной группировки (подбородок упирается в согнутые колени). В этом положении, сосчитав до десяти, всплыть на поверхность.
13. «Медуза». Выполнив упражнение «поплавок», расслабить руки и ноги.
14. «Звездочка». Из положения «поплавок» развести ноги и руки в стороны (или, сделав вдох и опустив лицо в воду, лечь на воду; руки и ноги в стороны).
15. Упражнение в парах «водолазы». Погрузившись в воду, открыть глаза и сосчитать количество пальцев на руке партнера, поднесенных к лицу.
16. Упражнение в парах. Стоя лицом друг к другу, сделать вдох, погрузиться в воду и поднырнуть между широко расставленными ногами партнера. Всплывания и лежания на воде.

- Дыхательная выносливость. Это упражнение называется “лесенка”. Плыть следующим образом:

- один бассейн 25 метров – дышим на каждый второй гребок,
- затем – на каждый третий,
- затем, соответственно – на каждый четвертый и пятый.
- затем снова на четвертый, третий и второй.

Далее отдышаться и повторить это задание.

- Плавание кроль на груди в полной координации рук и ног 100 м.

Упражнения в воде. 2. Держась согнутыми локтями рук за край бортика бассейна, лежа на спине в воде, прижать подбородок к груди, выполнять движения ног кролем на спине. 3. Плавание при помощи движений ног, одна рука у бедра, другая за головой; руки у бедер; руки за головой. 4. Проплывание небольших отрезков кролем на спине с движениями неподвижных рук вверх, ноги в полной координации;

с проносом «стороной» гребок одной рукой под водой, и обычным проносом другой руки, в полной координации с движением ног; с одновременным движением рук (одна рука делает гребок над водой + гребок под водой, «пронос руки» до вытянутой второй руки, далее, вторая рука выполняет такое же упражнение; плавание с акцентом усилий на движения рук, на движения ног.

- Плавание кроль на спине в полной координации рук и ног 100 м.

Тема занятия: Изучение техники плавания способами кроль на груди, брасс, кроль на спине на суше. Упражнения на освоение с водой

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Упражнения на суше.

1. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-2 наклон головы вперед, 3-4 наклон головы назад.
2. Исходное положение – руки к плечам, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 интенсивное вращение рук вперёд, 5-8 интенсивное вращение рук назад.
3. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 вращение в тазобедренном суставе по часовой стрелке, 5-8 вращение в тазобедренном суставе против часовой стрелки.
4. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 пружинистые наклоны корпуса в правую сторону, 5-8 пружинистые наклоны корпуса в левую сторону.
5. Исходное положение – руки на пояс, ноги как можно шире. Счет 1-2 пружинистые наклоны корпуса к правой ноге, руки тянуться к стопе, 3-4 пружинистые наклоны корпуса к средине. 5-6 пружинистые наклоны корпуса к левой ноге, руки тянуться к стопе. 7-8 исходное положение.
6. Исходное положение – полуприсед, ладони на коленных суставах. Счет 1-4 вращение в коленных суставах по часовой стрелке, 5-8 вращение в коленных суставах против часовой стрелки.
7. Исходное положение – руки на пояс. Счет 1-8 вращение голеностопным суставом (правой ноги) по часовой стрелке. 1-8 вращение голеностопным суставом (левой ноги) по часовой стрелке
8. Движения руками, как при плавании кролем на спине.
9. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
10. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами,как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки встороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
11. Стоя на полу, ноги на ширине плеч, наклон вперед правая рука впереди, левая прижата к корпусу имитация поворота головы и корпуса на вдох в левую сторону.
12. То же в правую сторону.
13. Стоя на полу, ноги на ширине плеч, наклон вперед, обе руки впереди. Имитация гребка правой рукой как в кроле на груди с поворотом головы на вдох.
14. То же левой рукой.
15. Стоя на полу имитация работы рук как в кроле на спине.
16. Стоя на полу, ноги на ширине плеч, наклон вперед, обе руки впереди имитация гребка руками как в брассе.
17. То же с имитацией вдоха и гребка руками.
18. Лежа на полу, имитация движений ног брассом.

Упражнения в воде.

1. Держась руками за бортик бассейна, поднять ноги на поверхность воды (лечь на воду). Выдыхая воздух через нос и рот работать ногами как в кроле на груди.
2. Стоя у бортика бассейна лицом в сторону воды, держась прямыми руками за бортик лечь на спину, работать ногами как в кроле на спине.
3. Плавание при помощи движений ногами кролем на груди с поднятой головой, держа доску в вытянутых руках.
4. То же с опущенной головой в воду делая вдох на 6 ударов ног.
5. То же, держа доску в одной вытянутой руке. Сначала правой рукой держать доску перед собой, левая вдоль туловища; затем по менять положение рук.

6. Плавание при помощи движений ногами, держа доску одной рукой, другая вдоль туловища; лицо опущено в воду. Вдох выполняется во время поворота головы в сторону руки, вытянутой вдоль туловища; выдох — после поворота головы лицом в воду. То же, поменяв положение рук.
7. Лежа на спине с доской (живот прижать к доске), работать ногами способом кроль на спине.
8. Сделать 10 вдохов и выдохов в воду.

Контроль навыков плавания способом кроль на спине, кроль на груди, навыков ныряния под водой.

Упражнения на суше.

1. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-2 наклон головы вперед, 3-4 наклон головы назад.
2. Исходное положение – руки к плечам, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 интенсивное вращение рук вперёд, 5-8 интенсивное вращение рук назад.
3. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 вращение в тазобедренном суставе по часовой стрелке, 5-8 вращение в тазобедренном суставе против часовой стрелки.
4. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 пружинистые наклоны корпуса в правую сторону, 5-8 пружинистые наклоны корпуса в левую сторону.
5. Исходное положение – руки на пояс, ноги как можно шире. Счет 1-2 пружинистые наклоны корпуса к правой ноге, руки тянуться к стопе, 3-4 пружинистые наклоны корпуса к средине. 5-6 пружинистые наклоны корпуса к левой ноге, руки тянуться к стопе. 7-8 исходное положение.
6. Исходное положение – полуприсед, ладони на коленных суставах. Счет 1-4 вращение в коленных суставах по часовой стрелке, 5-8 вращение в коленных суставах против часовой стрелки.
7. Исходное положение – руки на пояс. Счет 1-8 вращение голеностопным суставом (правой ноги) по часовой стрелке. 1-8 вращение голеностопным суставом (левой ноги) по часовой стрелке.
8. Стоя в наклоне вперед, ноги на ширине плеч, одна рука вытянута вперед, другая у бедра. Движения руками, как при плавании кролем на груди.
9. Стоя, ноги на ширине плеч движения рук как при плавании кроль на спине.

В воде.

1. Плавание при помощи движений ногами кролем на груди с поднятой головой, держа доску в вытянутых руках.
2. Плавание при помощи работы ног кролем на спине, обе руки вытянуты за головой, попеременно гребок правой и левой рукой через 6 ударов ногами.
3. Плавание на спине в полной координации.
4. Плавание кролем на груди при помощи движений одной рукой, держа в другой руке доску.
5. То же, поменяв положение рук.
6. Проплыть 10-12 метров под водой, поднять предмет со дна бассейна.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, команды)

Раздел 8. Общая физическая подготовка

Тема занятия: Развитие скоростных и силовых способностей

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.

Упражнения, выполняемые группой; в парах, индивидуально, ОФП с использованием предметов (набивные мячи, гимнастические палки, скакалки. гантели и др.), О.П.У. у гимнастической стенки, с использованием гимнастических скамеек и других гимнастических снарядов.

Развитие скоростных и силовых способностей.

1 комплекс.

1.Техника безопасности при занятиях *общей физической подготовки.*

2.Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
3.Равномерный медленный бег (5 мин.).
4.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
5.Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м. Для развития частоты движений: (скорость 100 % от максимума) «семенящий» бег: (30–40 м.); для комплексного развития быстроты: бег на отрезках 50–80 м., скорость 80 – 95% от максимума, количество повторов 3–4, отдых 3–5 мин. То же с вариацией затруднения и облегчения бега.
6.Общая подготовка силовой направленности, комплексы упражнений для начинающих.
7. Упражнения на растягивание.

2 комплекс.
1.Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
2.Равномерный медленный бег (5 мин.).
3.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
4.Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
5.Выполнение упражнений на развитие скоростно-силовых способностей (использование непредельных отягощений с максимальной скоростью от 20 до 60%).
6.Выполнение упражнений на развитие собственно силовых способностей (использование непредельных отягощений с предельным числом повторений).
7.Выполнение комплекса упражнений силовой направленности с использованием различного оборудования (гантели, штанги, бодибары, медболы, амортизаторы, тренажеры).

Тема занятия: Развитие выносливости и координационных способностей
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

1.Техника безопасности при занятиях **общей физической подготовки.**
2.Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
3.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.

Комплексы упражнений для начинающих.
Кроссовый бег в равномерном медленном темпе (2×5 мин.).
Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
Подвижные игры.
Эстафеты на развитие координационных способностей
Упражнения для развития общей выносливости. Оптимизация физической работоспособности студента.
Выполнение физических упражнений без зрительного контроля (с закрытыми глазами), в усложненных условиях, с изменением пространственных границ.
Переменный бег на отрезках 500 м в среднем темпе, чередуя с отрезками 100 м в медленном темпе (4 повторения).
Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с применением дополнительного инвентаря (мячи, гимнастические палки, обручи).
Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
Переменный бег на отрезках 600 м в среднем темпе, чередуя с отрезками 200 м в медленном темпе (3 повторения).
Упражнения для развития равновесия
Упражнение 1. Техника выполнения: прыжки на скакалке. При каждом обороте скакалки перепрыгивайте через нее, держа обе ноги вместе. Количество повторений – три подхода по 1 минуте. Варианты выполнения: поочередно подпрыгивайте на правой и левой ноге. Подпрыгивайте только на одной ноге. Через один оборот скакалки перекрещивайте руки перед собой. При каждом прыжке делайте два оборота скакалкой. Вращайте скакалку в обратном направлении, чтобы она приближалась к ногам сзади, и выполняйте, таким образом, любые из предложенных выше видов прыжков.

Упражнение 2. Техника выполнения: примите исходное положение – сидя на полу согнув ноги. Из приседа выпрыгните вверх, широко расставив в стороны руки и ноги. Приземляясь, примите исходное положение. Темп выполнения средний. Количество повторений 10–15 раз.
Методические указания: во время выполнения старайтесь подпрыгнуть максимально высоко. Выпрыгивая вверх, как можно широко раскрывайте корпус в полете, при приземлении обязательно группируйтесь. Старайтесь приземляться на поверхность на передние части стоп, затем на пятку. Контролируйте дыхание после серии прыжков.
Упражнение 3. Техника выполнения: примите исходное положение – туловище выпрямлено, ноги вместе, стопы соединены, руки в свободном положении. Из исходного положения держа обе ноги вместе, прыжок из стороны в сторону. Темп выполнения максимально быстрый. Количество повторений 10 раз за один подход. Методические указания: во избежание травм голеностопа, после прыжка приземление на передние части стоп. По мере развития силы и скорости увеличивайте темп, амплитуду и количество повторений. Контролируйте дыхание после каждой серии прыжков.
Упражнение 4. Техника выполнения: упражнение выполняется в паре с партнером. Примите исходное положение – партнеры становятся лицом друг к другу и кладут ладони на плечи. Из исходного положения оба делают шаг назад. Затем продолжают делать по одному шагу назад до тех пор, пока смогут сохранять равновесие. Методические указания: не рекомендуется выполнять упражнение при болях в плечах и травмах плеч. Старайтесь контролировать чувство равновесия, чтобы не упасть. Также на координацию движения положительно влияет динамическая аэробика, которая направлена на коррекцию фигуры за счет проработки основных групп мышц. Динамичная аэробика включает в себя упражнения на сопротивление, различные жимы, приседания и наклоны, которые способствуют похудению, развитию силы и выносливости, а также формированию правильных пропорций тела

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Раздел 9. Настольный теннис

Тема занятия: Изучение правил игры
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.
Санитарно-гигиенические требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях по настольному теннису.
Изучение правил игры настольного тенниса. История возникновения и развития настольного тенниса.
Игра в настольный теннис, основные правила соревнований по настольному теннису
Выбор ракетки для начинающего игрока. Хватки ракетки - способы держания ракетки.
Стойки игрока в настольный теннис - исходные положения перед ударом.
Техника передвижения игрока в настольном теннисе.
Основы техники игры в настольный теннис
Обучение простейшим тактическим приемам настольного тенниса.
Изучение правил игры настольного тенниса. Знакомство с подводящими играми для освоения навыков игры настольного тенниса.

Тема занятия: Изучение технических действий в настольном теннисе.
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.
Настольный теннис – это не просто игра, но и большой труд, а также испытание и воспитание волевых качеств. Игра приучает человека к тем физическим и психическим усилиям, которые так необходимы в профессиональной деятельности и повседневной жизни. Тренировка игрока в настольный теннис – это и техническая, и тактическая, и физическая, и психологическая, и теоретическая подготовка.
Тренировочное занятие должно состоять из трёх частей:
подготовительной (разминки), основной и заключительной, каждая из которых имеет свои задачи.
Задачей подготовительной части занятия является подготовка всех функций организма. Основная часть занятия направлена на освоение и совершенствование техники и тактики игры, развитие морально-волевых качеств. Проводят её с мячами у теннисного стола.
Заключительная часть занятия включает упражнения на расслабление и дыхание, способствующее постепенному переходу организма от интенсивной нагрузки к отдыху.

В специально-физическую подготовку тенниса включают:
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);
– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с шариком и ракеткой);
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);
– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с мячиком и ракеткой);
– игра после физической и вестибулярной нагрузки;
– гимнастика для глаз.
Для того чтобы занятия ваши стали интереснее, используйте различные игры и всевозможные соревновательные формы упражнений. Такие упражнения подстегивают к достижению цели, учат бороться за выигрыш очка от начала до конца. Это могут быть обычные игры на счет или выполнение тренировочных заданий со счетом.
Примеры игр «Солнышко», «Два против пяти», «Один против четырех» и др.
Разучивание технических элементов в настольном теннисе.
Обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученый по высокому и полувысокому мячу, удар слева/справа крученый, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.
Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.
Обучение и совершенствование технике толчка.
Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.
Удары без вращения мяча (откидка, толчок, подставка, атакующий удар,
«свеча», атакующий удар по «свече»), скидка.
Удары с нижним вращением мяча (срезка, подрезка).
Атакующие удары с верхним вращением мяча (накат, топ-спин).
Подачи. Прием подач.
Совершенствование техники и тактики игры в нападении и защите, технику ведения мяча, технику передачи.
Методические рекомендации по исправлению ошибок в технике игры

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, команды)

П.2.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. **Легкая атлетика** Тема 1.1. Бег на короткие и длинные дистанции	Подготовка реферата
Тема 1.2.Прыжки в длину и высоту	Подготовка реферата
Раздел 2. Волейбол Тема 2.1. Индивидуальные технические действия	Подготовка реферата
Тема 2.2. Волейбол. Групповые технические действия	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 2	
Раздел 3. Баскетбол 3.1.Индивидуальные технические действия	Подготовка реферата
3.2. Групповые технические действия	Подготовка реферата
Раздел 4. Стрельба 4.1. Основы техники безопасности при занятиях стрельбой	Подготовка реферата
4.2. Изучение техники стрельбы из пневматической винтовки	Подготовка реферата
Модуль 3	
Раздел 5. Шахматы 5.1. Изучение правил игры	Расчетно-практическое задание
5.2. Разучивание ходов и партий	Расчетно-практическое задание
Раздел 6. Лыжная подготовка 6.1.Изучение техники передвижения попеременного двухшажного хода	Подготовка реферата
6.2. Изучение техники передвижения одновременного бесшажного хода	Подготовка реферата
Модуль 4	
Раздел 7. Плавание 7.1. Техника безопасности на занятиях плаванием. Ознакомление с техникой плавания в зале, на воде ОФП.	Подготовка реферата
7.2. Изучение техники плавания способами кроль на груди, брасс, кроль на спине на суше. Упражнения на освоение с водой.	Подготовка реферата
Модуль 5	
Раздел 8. Общая физическая подготовка 8.1. Развитие скоростных и силовых способностей	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
8.2. Развитие выносливости и координационных способностей	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
Модуль 6	
Раздел 9. Настольный теннис 9.1. Изучение правил игры	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
9.2. Изучение технических действий	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега.
4. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1.Основы техники бега на средние и длинные дистанции.
2.Основы техники бега на короткие дистанции.
3.Основы техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
4.Основы техники прыжков.
5.Состав и обязанности бригады судей на финише при беге на средние и длинные дистанции.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Характеристика волейбольной терминологии.
2. Основные понятия техники игры в нападении.
3. Методика обучения техническим приемам в волейболе.
4. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям.
5. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча сверху и снизу.
6. Техника выполнения и методика обучения подачам мяча.
7. Техника выполнения и методика обучения нападающему удару.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Основные понятия техники игры в защите.
2. Методика обучения техническим приемам в волейболе.
3. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям.
4. Техника выполнения и методика обучения приему мяча сверху и снизу.
5. Техника выполнения и методика обучения приема мяча в падении.
6. Техника выполнения и методика обучения блокированию.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Характеристика баскетбольной терминологии.
2. Основные понятия техники игры в нападении.
3. Техника передвижений в нападении.
4. Ловля мяча на месте и в движении.
5. Передачи двумя и одной руками с места и в движении.
6. Ведение мяча. Классификация ведения и бросков мяча их характеристика.

Перечень тем рефератов к Разделу 3:

1. Схема обучения техники выбивания и вырывания мяча.
2. Техника стоек и перемещений в защите- этапы и схема обучения.
3. Значимость соревнований с целью закрепления техники движений в баскетболе.
4. Основные ошибки в обучении техники защиты и пути их исправления.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 4:

1. Меры обеспечения безопасности, правила поведения в тире.
2. Техника безопасности при обращении с оружием.
3. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Перечень тем рефератов к Разделу 4:

1. Пулевая стрельба как один из видов спорта.
2. История развития огнестрельного и пневматического оружия.
3. История и задачи развития пулевой стрельбы в России.
4. Виды спортивного оружия по способу удержания

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 5:

1. Основы дебюта. Разработка плана игры.
2. Как начинать партию. Борьба за центр.
3. Развитие фигур и пешек.
4. Понятие о плане в игре.
5. Влияние позиции на ценность фигур и соотношение сил.

Перечень тем расчетно-практических заданийк Разделу 5:

1. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Мат в 1 ход”, “Поставь мат в 1 ход не рокированному королю”.
2. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Поставь детский мат” Белые или черные начинают и объявляют противнику мат в 1 ход.
3. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 6

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 6:

1. Сведения о развитии техники. Техника лыжного спорта, ее определение и понятия. Основные требования, предъявляемые к технике.
2. Пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические и динамические характеристики передвижения на лыжах.
3. Общая схема движений в попеременных и одновременных ходах.
4. Скользящий шаг, его периоды и фазы.
5. Анализ техники попеременного двухшажного хода.

Перечень тем рефератовк Разделу 6:

1. Скользящий шаг.
2. Техника попеременного двухшажного классического хода.
3. Одновременный бесшажный классический ход.
4. Одновременный двухшажный ход.
5. Одновременный одношажный ход**.**

Задания для самостоятельной работы к Разделу 7

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 7:

1. Техника скольжения на груди, толчка от бортика бассейна, попеременной работы рук и ног способом кроль на груди, техники вдоха и выдоха при спортивном плавании.
2. Упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц туловища, мышц ног, упражнения в воде в не полной и полной координации движения, лежание на воде, брасс у неподвижной опоры.
3. Контроль владения навыками лежания на воде, скольжения на груди и на спине.
4. Освоение навыка дыхания в воде.

Перечень тем рефератовк Разделу7:

Расписать по 5 упражнений

1. Упражнения в воде с неподвижной опорой для обучения техники плавания кроль на груди
2. Упражнения в воде с подвижной опорой, направленные на продвижения в воде за счет ног
3. Упражнения в воде без опоры направленные на продвижения в воде за счет ног
4. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания *Имитационные упражнения на суше*
5. Упражнения в воде с неподвижной опорой, направленные на движения рук и согласование дыхания

Задания для самостоятельной работы к Разделу 8

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 8:

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ МИНИМАЛЬНЫЙ НЕДЕЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ОБЪЕМ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОЙ ГРУППЫ

Упражнения	Объем
Юноши:	
1.Утренняя гимнастика (мин.)	105-140
2. Оздоровительный бег (км) или ходьба на лыжах (км)	15-17 22-24
3. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) или сгибание рук в упоре лежа	70-85 120-140
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	140-160
5. Из основной стойки наклоны туловища вперед с прямыми ногами (кол-во раз)	90-120
6. Ускоренная ходьба (км)	25-35
Девушки:	
1. Утренняя гимнастика (мин.)	105-140
2. Оздоровительный бег (км) или ходьба на лыжах (км)	12-14 16-18
3. Прыжки на месте через скакалку (кол-во раз)	350
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, высота опоры 50 см (кол-во раз) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (110-120 см)	210-220 85-95
5. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)	100-120
6. Из основной стойки наклоны туловища вперед с прямыми ногами (кол-во раз)	90-120
7. Ускоренная ходьба (км)	20-30

Перечень тем домашних заданий к Разделу 8:

Примерные комплексы силовых упражнений

Комплекс № 1.Силовые упражнения на гимнастическом городке для общей физической подготовки

1. Отжимание в упоре на брусьях: 8-15 раз.

2. Подтягивание на перекладине хватом сверху: 5-10 раз.

3. Поднимание ног к перекладине: 8-15 раз.

4. Подтягивание на перекладине хватом снизу: 5-10 раз.

5. Отжимание в упоре на брусьях: 8-15 раз.

6. Поднимание ног к перекладине: 5-8 раз.

7. Подтягивание на перекладине широким хватом: 4-8 раз.

8. Поднимание прямых ног лежа животом на наклонной гимнастической стенке (или на высокой скамье, лабиринте): 10-20 раз.

9. .Приседание с партнером на плечах: 5-10 раз (или выпрыгивание вверх, отталкиваясь одной ногой со скамьи попеременно то одной, то другой ногой).

10.Сгибание и разгибание туловища, сидя поперек скамьи с закрепленными ногами: 10-15 раз.

Комплекс № 2

1. Подтягивание широким хватом сверху с касанием перекладины затылком: 5-15 раз.

2. Переход из виса на прямых руках в вис сзади и обратно (с согнутыми или прямыми ногами): 5-15 раз.

3. Подтягивание широким хватом сверху с касанием пере- кладины затылком: 5-15 раз.

4. Переход из виса на прямых руках в вис сзади и обратно (с согнутыми или прямыми ногами): 5-15 раз.

5. Приседание с партнером на плечах: 2 х 5-15 раз, (или выпрыгивание вверх, толкаясь от скамьи попеременно одной ногой 2 51 х 10-20 раз).

6. Отжимание в упоре на брусьях: 1-2 х 8-15 раз.

7. Подтягивание на перекладине хватом снизу: 1-2 х 5-10 раз.

8. Подъем ног к перекладине: 1-2 х 8-15 раз.

9. Разгибание туловища лежа лицом вниз поперек скамьи с закрепленными ногами, руки за головой: 1-2 х 8-15 раз.

Если этот комплекс упражнений окажется для Вас легким, можете усложнить его, выполняя упражнения №№ 1,3,6,7 и 9 с дополнительным отягощением 5-10 кг.

Комплекс № 3

1. Подъем переворотом на перекладине: 2-4 х 3-10 раз.

2. Сгибание и разгибание рук (отжимания) в упоре на брусьях махом вперед или назад: 2-4 х 8-15 раз.

3. Подтягивание на перекладине хватом снизу: 2-4 х 5-15 раз.

4. Подтягивание на перекладине хватом сверху: 2-4 х 5-10 раз.

5. Приседание на одной ноге: 2-4 х 5-10 раз (на каждую ногу).

6. Разведение и сведение ног в положении «угол» в упоре на брусьях: 2 х 5-15 раз.

7. Подъем прямых ног к перекладине: 2-4 х 8-10 раз.

8. Разгибание туловища, лежа лицом вниз поперек скамьи: 2- 4 х 10-15 раз.

12-минутный тест ходьбы и бега.

Уровень физической подготовленности		Дистанция, м	
		Возраст, количество лет	
		13-19	20-29
Очень плохо	мужчины	Меньше 2100	Меньше 1950
	женщины	Меньше 1600	Меньше 1550
Плохо	мужчины	2100-2200	1950-2100
	женщины	1600-1900	1550-1800
Удовлетворительно	мужчины	2200-2500	2100-2400
	женщины	1900-2100	1800-1900
Хорошо	мужчины	2500-2750	2400-2600
	женщины	2100-2300	1900-2100
Отлично	мужчины	2750-3000	2600-2800
	женщины	2300-2400	2150-2300

Задания для самостоятельной работы к Разделу 9

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 9:

1. Обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара.
2. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.
3. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученый по высокому и полувысокому мячу, удар слева/справа крученый, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.

Перечень тем домашних заданий для подготовки к сдаче контрольных нормативовк Разделу 9:

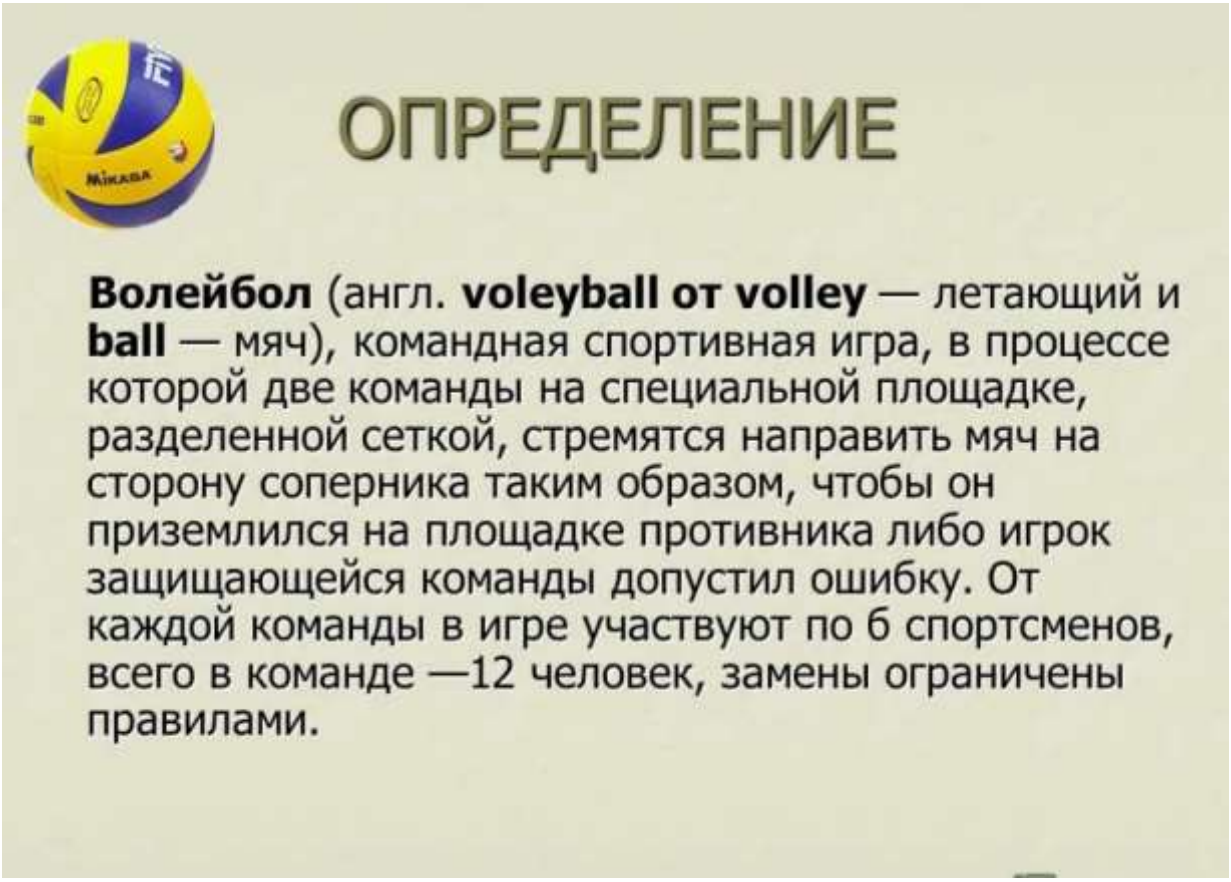
Зачетныенормативыповидуспорта"Настольныйтеннис"врамкахдисциплины"Элективныедисциплинывпофизическойкультуреиспорту"													
№п/п	Наименованиенорматива	Юноши						Девушки					
		Баллы											
		Результат											
		5	4	3	2	1	0	5	4	3	2	1	0
1	Жонглированиемячомударомоткрытойстороной ракеткистоянаместе (количествоударов)	50	40	30	20	10	<10	50	40	30	20	10	<10
2	Подача мяча ударом с бэкхенда из левого (правого)квадратапоочередно вквадрат противоположной стороны, расположенный по диагонали и по прямой(количествоправильно выполненныхподачиз8 попыток:по 4вкаждуюзону)	7	6	5	4	3	<3	7	6	5	4	3	<3
3	Подача мяча ударом с форхенда из правого (левого)квадратапоочередно вквадрат противоположной стороны, расположенный по диагонали и по прямой(количествоправильно выполненныхподачиз8 попыток:по 4вкаждуюзону)	7	6	5	4	3	<3	7	6	5	4	3	<3
4	Розыгрыш мяча после подачи поочередно ударом сбэкхендаис форхенда(количествоправильно выполненныхпоочередныхударов)	14	12	10	8	6	<6	14	12	10	8	6	<6
Зачетныенормативыповидуспорта"Настольныйтеннис"в рамкахдисциплины"Элективныедисциплинывпофизическойкультуреиспорту													
1	Жонглирование резаными ударами с подкруткоймяча вправо (влево) ударом закрытой сторонойракеткистояна месте (количество ударов)	35	30	25	20	15	<15	35	30	25	20	15	<15
2	Жонглирование резаными ударами с подкруткоймяча вправо (влево) ударом открытой сторонойракеткистояна месте (количество ударов)	25	20	15	10	5	<5	25	20	15	10	5	<5
3	Укороченная подача резаным ударом (количествоправильно выполненныхподачиз7попыток)	5	4	3	2	1	<0	5	4	3	2	1	<0
4	Розыгрышвпарах,используяудары сфорхенда, бэкхенда,резаныеудары(количествовыполненных ударов напару)	16	14	12	10	8	<8	16	14	12	10	8	<8

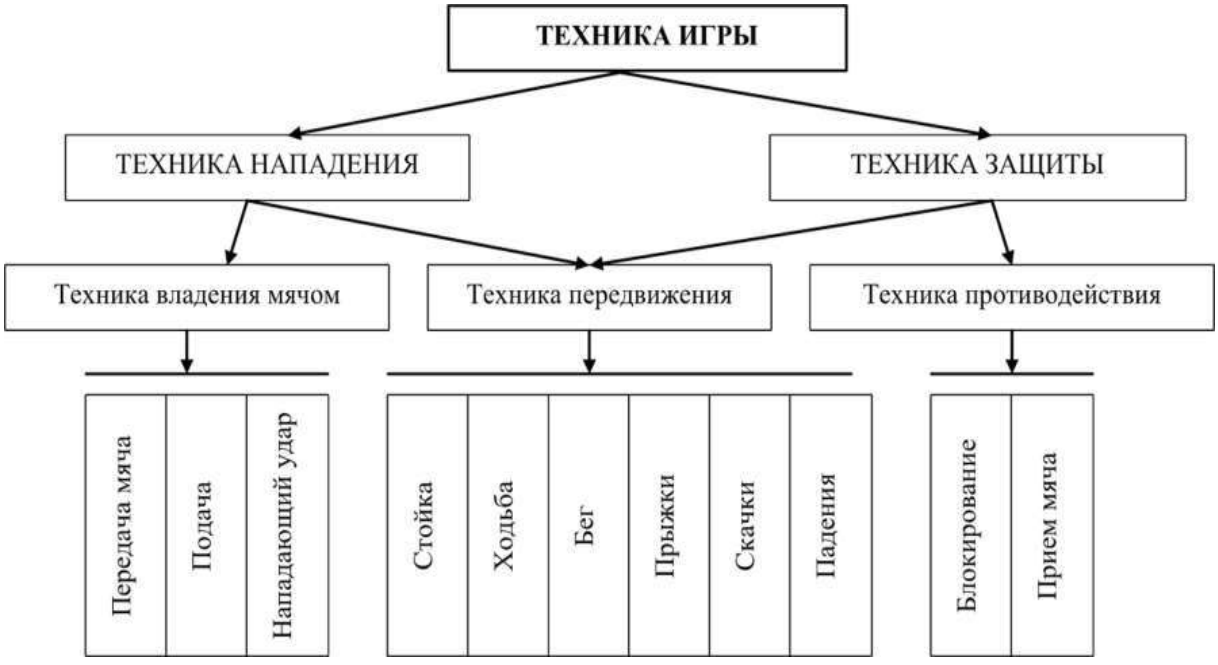
П.2.4. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика

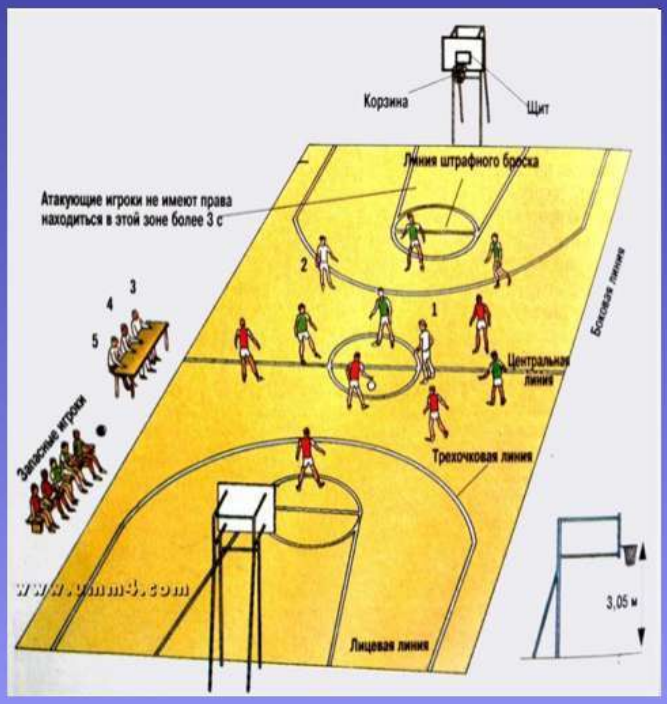





ОПРЕДЕЛЕНИЕ
Волейбол (англ. voleyball от volley — летающий и ball — мяч), командная спортивная игра, в процессе которой две команды на специальной площадке, разделенной сеткой, стремятся направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника либо игрок защищающейся команды допустил ошибку. От каждой команды в игре участвуют по 6 спортсменов, всего в команде —12 человек, замены ограничены правилами.


ТЕХНИКА ИГРЫ
ТЕХНИКА НАПАДЕНИЯ
ТЕХНИКА ЗАЩИТЫ
Техника владения мячом
Техника передвижения
Техника противодействия
Передача мяча
Подача
Нападающий удар
Стойка
Ходьба
Бег
Прыжки
Скачки
Падения
Блокирование
Прием мяча

Начало игры



Игра начинается с того, что в центре площадки судья бросает мяч вверх между 2 игроками, каждый из которых пытается отбить мяч своей команде. Остальные игроки команды находятся вне центрального круга или в передней зоне.

Техника нападения в баскетболе

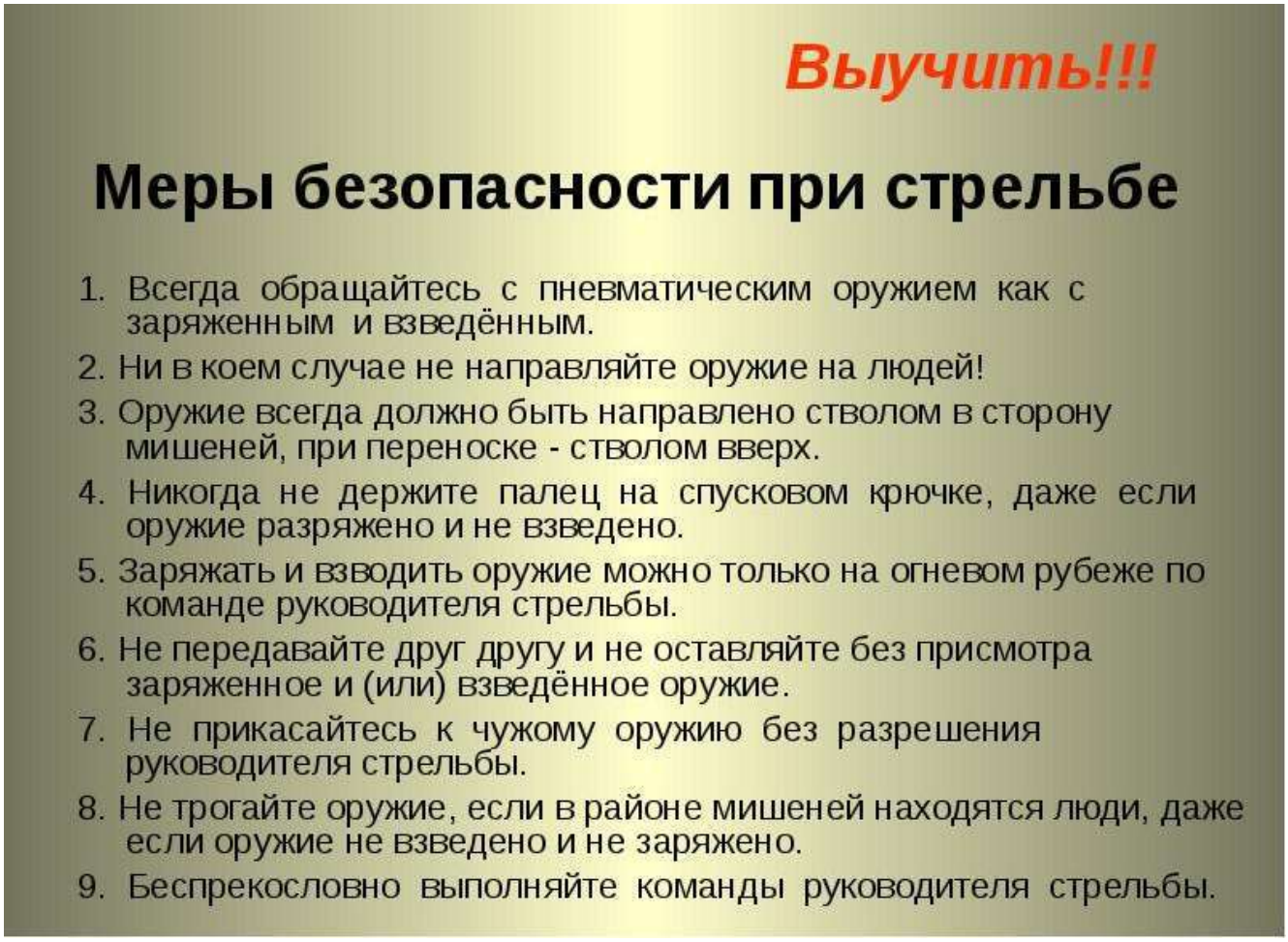
- Нападение – базовая часть баскетбола, которая позволяет набирать очки и бороться за желанное первенство в матче.
- Исходное положение, удобное для наиболее быстрого выполнения любых перемещений в нападении и в защите, называется стойкой.
- Основа техники баскетбола - передвижение. Передвижения баскетболиста по площадке являются частью целостной системы действий, направленной на решение атакующих задач и формируемой в ходе реализации конкретных игровых положений.

- Для передвижений по площадке игрок использует ходьбу, бег, прыжки, остановки, повороты. С помощью этих приемов он может правильно выбрать место, оторваться от опекающего его соперника и выйти в нужном направлении для последующей атаки, достичь наиболее удобных, хорошо сбалансированных исходных положений для выполнения приемов. Кроме того, от правильной работы ног при передвижении и соблюдения равновесия зависит эффективность технических приемов с мячом: передач в движении и прыжке, ведения и обводки, бросков в прыжке и т. д.

Техника защиты:

- *Техника перемещений.* (стойка с выставленной ногой вперед, перемещения) ;
- *Техника овладения мячом* (**Вырывание мяча**, **Выбивание мяча** – выбивание мяча из рук противника, выбивание мяча при ведении, **Перехват мяча** – Перехват мяча при передаче, Перехват мяча при ведении, **Накрывание мяча при броске, Отбивание мяча при броске в прыжке, Овладение мячом при борьбе за отскок у своего щита**).

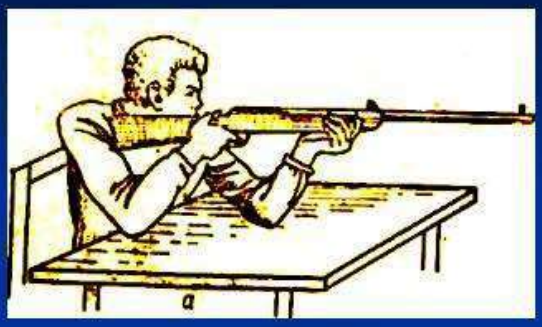
РАЗДЕЛ 4. Стрельба.



Позиции при стрельбе из пневматического оружия (винтовки)

Для позиции "сидя"

-глубоко вдохните;
-повернитесь на 30 градусов от цели (вправо);
-ваша левая нога должна располагаться по направлению к цели;
-поднимите винтовку к плечу и приложите приклад к плечу так, как вы обычно стреляете;
-расположите винтовку на ладони левой руки;
-поставьте левый локоть на упор (колено, поверхность стола);
-поставьте правый локоть на упор, или оставьте "свисать" вдоль тела;
-расслабьте левую руку;
-расслабьте плечи;
-расслабьте спину;
-расслабьте все тело;
-сделайте вдох;
-выдохните наполовину;
-увеличьте давление на спусковой крючок (примерно в два раза);
-прицельтесь (не цельтесь слишком долго, не более 6 секунд);
-произведите выстрел;
-проследите за попаданием;





Ходы шахматных фигур

Шахматная нотация

Для того чтобы играть в шахматы, необходимо знать, как передвигаются фигуры по шахматной доске. В начале игры всего на шахматной доске 32 фигуры. У каждого игрока по 16:

1 король 

1 ферзь 

2 ладьи 

2 коня 

2 слона 

8 пешек 

Как правильно записывать шахматные ходы?

Для записи передвижений фигур по шахматной доске используют шахматную нотацию, придуманную в Арабском халифате. Записывая ход фигуры, ее название сокращают до одной заглавной буквы: ладья обозначается буквой «Л», слон — «С», ферзь — «Ф». Название двух фигур начинается на букву «К» (конь и король), поэтому только одна заглавная буква «К» обозначает коня, а король записывается при помощи двух букв — «Кр». Далее записывается название поля, на котором стояла эта фигура. Через дефис — название поля, куда она сделала ход. Например, король стоял на поле «а2» и пошел на поле «а3». На шахматной нотации этот ход будет записан так: Кра2-а3. Можно использовать так называемую короткую шахматную нотацию и не записывать название поля, на котором фигура стояла, а сразу писать, куда она пошла. Тогда рассмотренный ход королем будет записан как Кра3.

Движение пешек на шахматной доске обозначается только при помощи названий шахматных полей: e2-e4 (это обозначает, что пешка с поля «e2» пошла на поле «e4»).

Давайте потренируемся. Запишите шахматной нотацией передвижения шахматных фигур, показанные на диаграмме 1.



Диаграмма 1

Ладья

В начале игры у каждого из игроков есть 2 ладьи. Ходит эта фигура по прямым линиям (по вертикали или по

НАЧАЛО

ферзь любит свой цвет



чёрные линия 7, 8

белые линия 1, 2

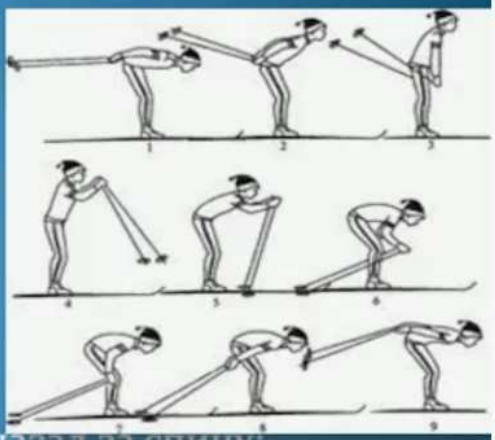
Начальная позиция: по 8 пешек, две ладьи по краям, затем два коня и два слона. По центру ферзь и король.

РАЗДЕЛ 6. Лыжная подготовка.

Обучение одновременному бесшажному шагу.

Упражнения в движении.

- одновременный бесшажный ход, обратить внимание на вынос палок ;
- то же упражнение, но обратить внимание на работу туловища;
- то же упражнение, но обратить внимание на отталкивание палками;

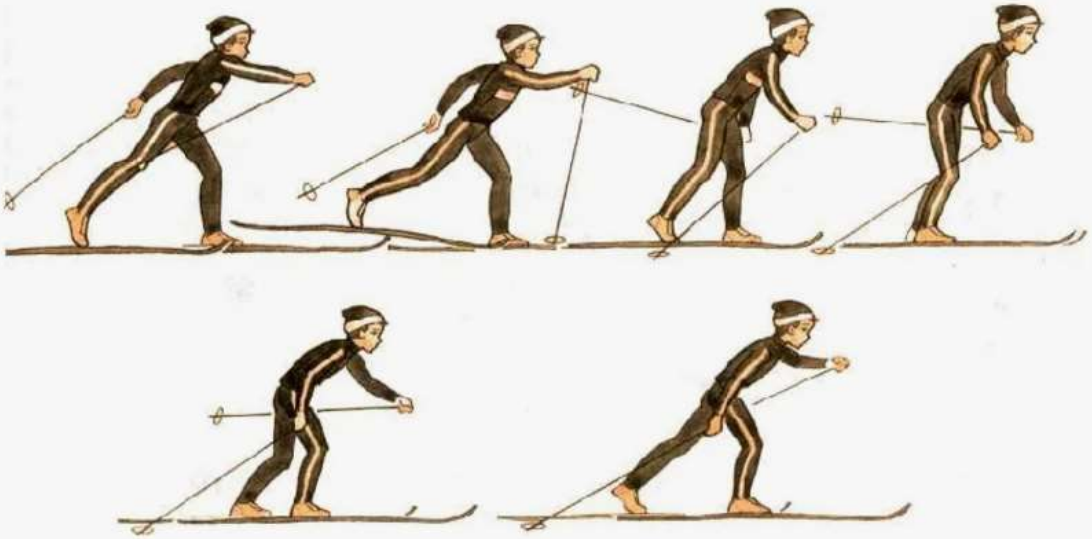


ХАРАКТЕРНЫЕ ОШИБКИ

- приседание во время отталкивания;
- нет давление туловища на палки;
- короткое отталкивание, руки не проходят назад за спину;
- рано начинают разгибать туловище(руки не завершили отталкивание, а туловище уже начинает выпрямляться);
- вертикально ставят палки;

ПОПЕРЕМЕННЫЙ ДВУХШАЖНЫЙ ХОД

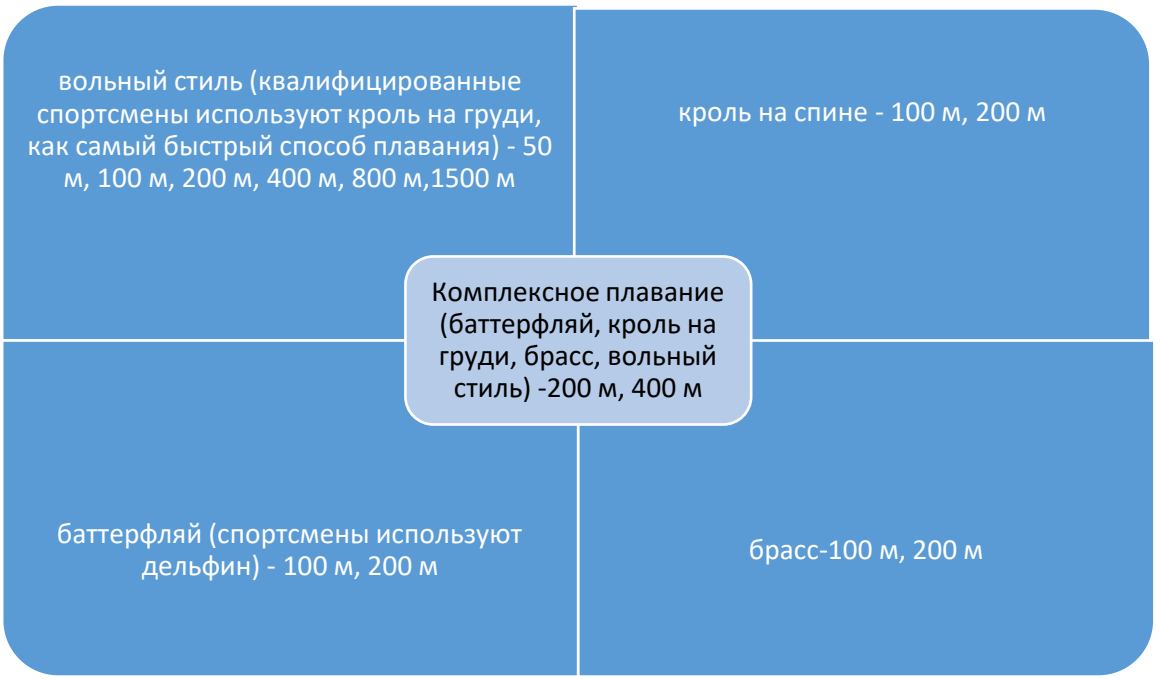
Выполняется следующим образом: с шагом левой ноги вперед выносится правая палка, одновременно левой рукой и правой ногой делается толчок – тяжесть тела переносится на левую ногу. Правая нога после толчка расслабляется и по инерции идет назад-вверх, поднимая пятку лыжи. Туловище наклонено вперед.



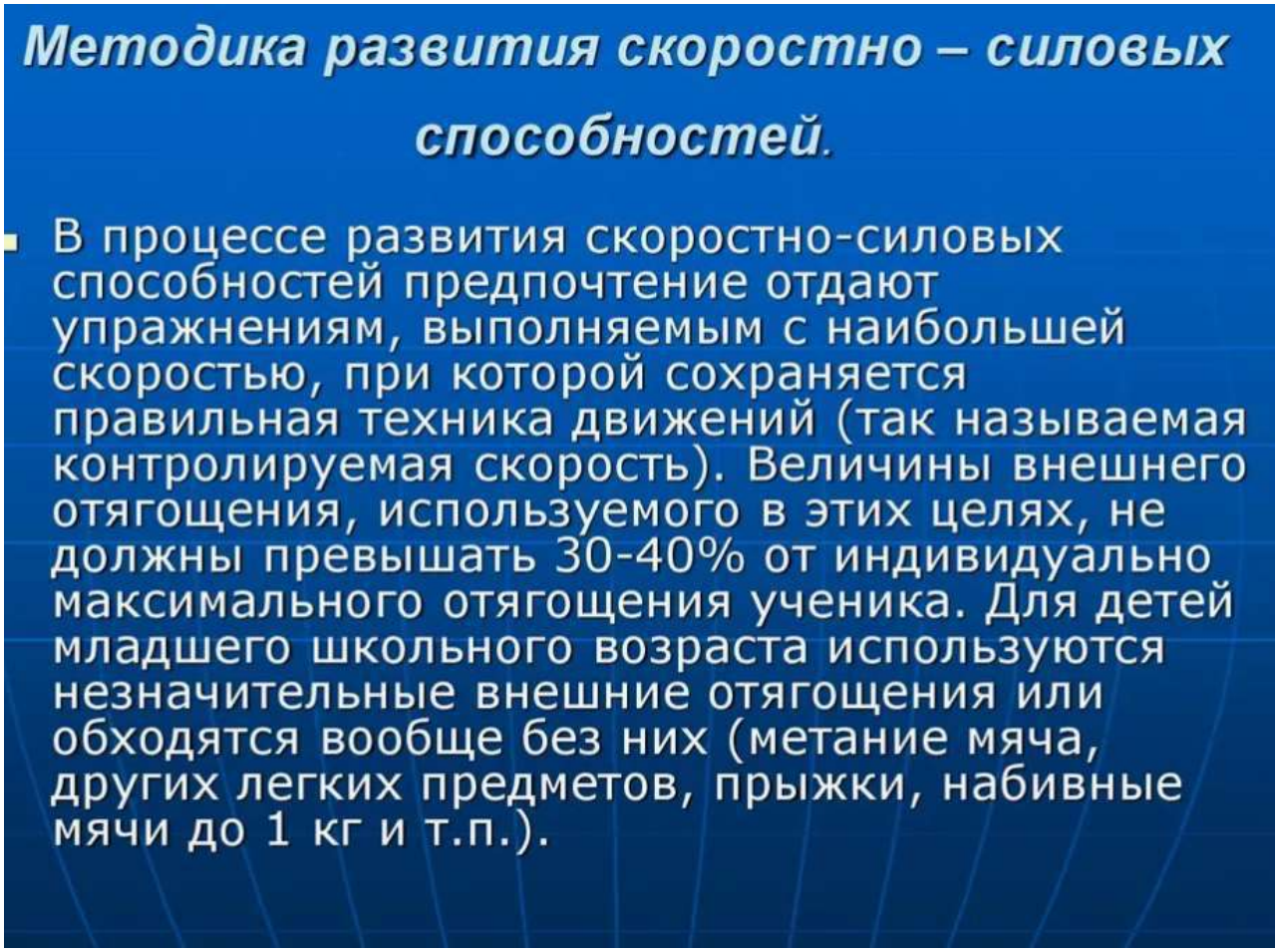
РАЗДЕЛ 7.Плавание.

Формы двигательной активности в плавании

Нагрузки **кондиционного плавания** заметно превышают нагрузки, применяемые в оздоровительной тренировке, поэтому они используются для достижения более высокого уровня плавательной подготовленности. К кондиционному плаванию можно отнести и поддержание спортивного долголетия (плавание для «ветеранов»)	**Лечебное (реабилитационное) плавание** отличается от оздоровительного контингентом занимающихся. Им занимаются люди имеющие ухудшение в состоянии здоровья, которое можно исправить с помощью специально подобранных средств используемых в водной среде.	Основными задачами **оздоровительного плавания** являются достижение и поддержание желаемого уровня здоровья, профилактика заболеваний	**Рекреативное плавание** направлено на улучшение физического и психоэмоционального состояния людей. Во время активного отдыха, развлечений и досуга используются средства плавания и купания. Обычно используются самостоятельные занятия нерегулярного характера.	Задачей **спортивной тренировки** (в спорте высших достижений) является демонстрация наивысшего индивидуально доступного результата, требующая многолетних напряженных тренировок.	**Адаптивное плавание** - обучение плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды), совершенствование двигательных способностейи плавательной подготовленности.



РАЗДЕЛ 8.Общая физическая подготовка.

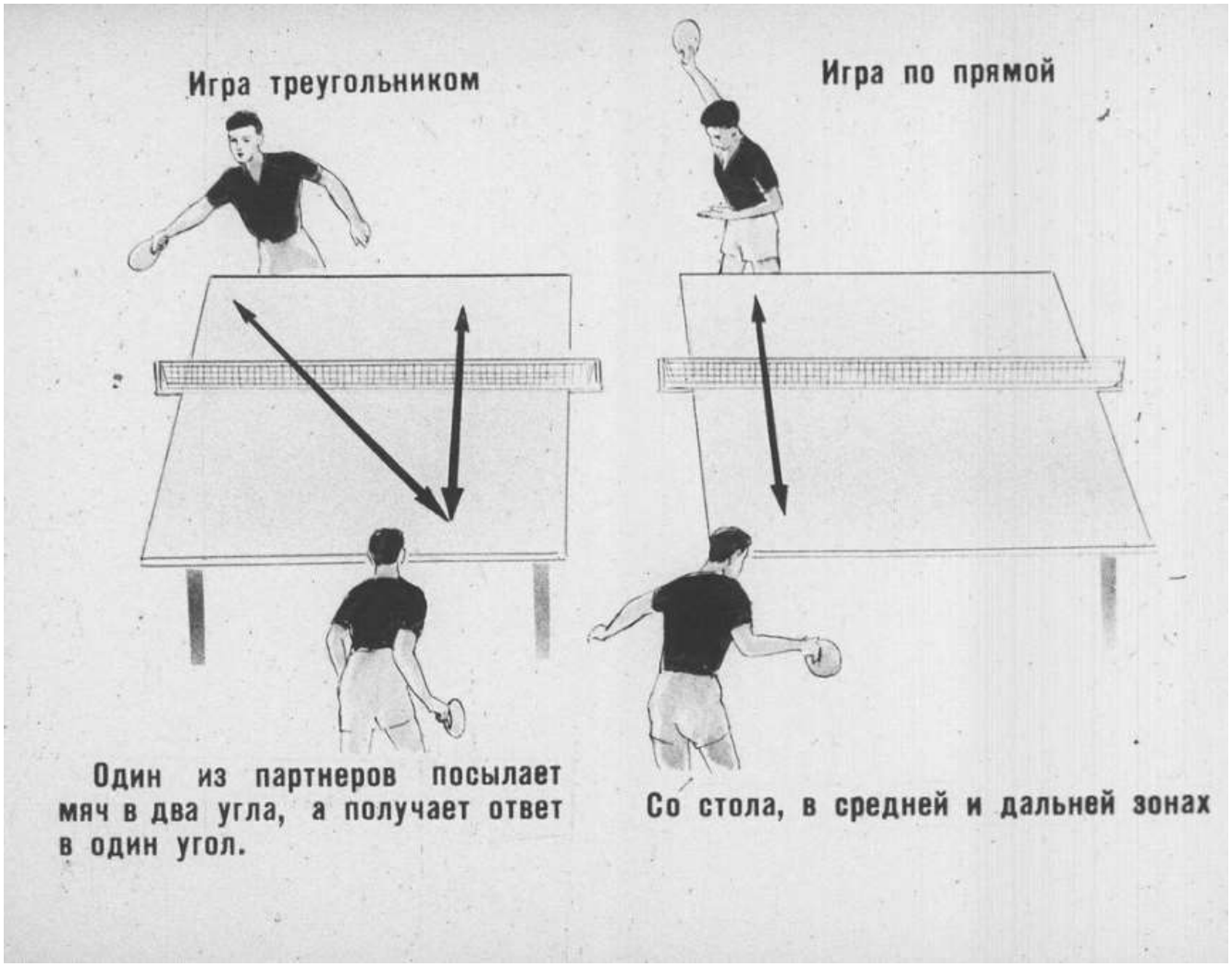



Формирование координационных способностей
Способность к реагированию это способность быстро и точно начать движения соответственно определенному сигналу.
Классификации координационных способностей
Способность к равновесию – это сохранение устойчивого положения тела в условиях разнообразных движений и поз. Различают статическое и динамическое равновесие.
Способность к дифференцированию – это способность к достижению высокой точности и экономичности отдельных частей и фаз движения, а также движения в целом.
Ориентационная способность – это способность к определению и изменению положения тела в пространстве и во времени, особенно с учетом изменяющихся ситуации или движущегося объекта.
Ритмическая способность – это способность определять и реализовывать характерные динамические изменения в процессе двигательного акта.

РАЗДЕЛ 9.Настольный теннис.

ПРАВИЛА ИГРЫ

- Определения
- В правилах настольного тенниса есть следующие определения:
- «Розыгрыш» — период времени, когда мяч находится в игре
- «Мяч в игре» считается с последнего момента нахождения его на неподвижной ладони свободной кисти перед намеренным подбрасыванием его в подаче до тех пор, пока не будет решено, что розыгрыш следует переиграть или он завершён присуждением очка
- «Переигровка» — розыгрыш, результат которого не засчитан
- «Очко» — розыгрыш, результат которого засчитан
- Игрок «ударяет» мяч, если он касается мяча в игре своей ракеткой, держа её в руке, или своей рукой с ракеткой ниже запястья
- «Подающий» — игрок, который должен первым ударить по мячу в розыгрыше
- «Принимающий» — игрок, который должен вторым ударить по мячу в розыгрыше


Игра треугольником
Игра по прямой
Один из партнеров посылает мяч в два угла, а получает ответ в один угол.
Со стола, в средней и дальней зонах

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ(МОДУЛЯ) СПЕЦИАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структу-

ре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и сим-

волов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема занятия: Легкоатлетическая подготовка (оздоровительные виды) в зале

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое ходьба?
2. При каких условиях ходьба может стать очень эффективной физической нагрузкой?
3. На какие системы человеческого организма и каким образом оказывает влияние оздоровительная ходьба?
4. К какому виду нагрузок по своему физиологическому воздействию относится ходьба? Почему?
5. Как определить темп ходьбы?
6. В чем заключается механизм положительного воздействия ходьбы?
7. Назовите основные противопоказания к занятиям оздоровительной ходьбой.
8. Какими бывают относительные противопоказания?
9. Какие рекомендации можно дать людям с заболеваниями при занятиях оздоровительной ходьбой?
10. Кому могут быть показаны занятия оздоровительной ходьбой?
11. Как определить тренировочный пульс?
12. Какие основные принципы необходимо знать при занятиях ходьбой?
13. Какие требования предъявляются к одежде занимающихся?
14. На какие особенности нужно обратить внимание при выборе обуви?
15. В чём особенности выбора спортивной экипировки для занятий в зимнее время.

Взаимодействие с аудиторией (групповой метод, описание, беседа, диалог)

Тема занятия: Оздоровительный бег, скандинавская ходьба

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Для чего в основном используется оздоровительный бег?
2. Что лежит в основе физической работоспособности человека?
3. На что указывает высокий пульс в состоянии покоя?
4. Почему у занимающихся оздоровительным бегом снижается значение ЧСС в покое?
5. Укажите одну из причин снижения ЧСС в покое у занимающихся оздоровительным бегом.
6. Что такое скандинавская ходьба
7. Особенности скандинавской ходьбы
8. В чем польза скандинавской ходьбы?
9. Чем отличается скандинавская ходьба от обычной?
10. Чем отличается скандинавская ходьба от бега?
11. Скандинавская ходьба для молодых людей

Взаимодействие с аудиторией (групповой метод, описание, беседа, диалог)

Раздел 2. Занятия избранным видом адаптивного спорта

Тема занятия: Элементы техники адаптивного волейбола

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Заболевания нервной системы
2. Врожденные патологии опорно-двигательного аппарата
3. Приобретенные заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата
4. Особенности реабилитации при дефектах нижних конечностей
5. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам лицам с нарушением опорно-двигательного аппарата
6. История и особенности волейбола сидя

7. Различия классического волейбола от сидячего волейбола
8. Волейбол стоя

Взаимодействие с аудиторией (групповой метод, описание, беседа, диалог)

Тема занятия: Элементы техники адаптивного баскетбола

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Предпосылки возникновения радиального баскетбола.
2. Питербаскет (радиальный баскетбол), описание игры.
3. Игровое время.
4. Жесты судьи в питербаскете.
5. Форма одежды и преимущества игры в питербаскет.
6. Универсальность игры как средства физического воспитания.
7. Мини-питербаскет.

Взаимодействие с аудиторией (групповой метод, описание, беседа, диалог)

Раздел 3. Оздоровительные игры

Тема занятия: Дартс

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. История возникновения дартса как вида спорта, родина дартса.
2. Техника безопасности при работе с дротиками. Профилактика травматизма.
3. Установка мишени, очередность бросков, ведение счета.
4. Приемы и правила метания дротиков.
5. Тренировочные броски на кучность.
6. Имитация выполнения броска.
7. Виды позиций для броска.
8. Виды хватов (точечный, плоскостной). Игры: «Диаметр» «Сектор 20»
9. Разновидность дротиков. Вес дротиков. Хватка дротика.
10. Упражнения на развитие гибкости лучезапястного сустава, кисти.
11. Имитация выполнения броска. Игры: «Диаметр» : «3+0»,
12. Упражнения на ритмичность движений, точности мелких движений кисти и пальцев.
13. Комплекс упражнений на равновесие. Положение туловища, ног, рук, головы.
14. Упражнения на развитие чувства равновесия. Игры: «51», «Набор очков».
15. Режим дня, соотношение бодрствования и сна, учебы и отдыха, питания.
16. Значение занятий физическими упражнениями на состояние физиологических функций организма человека.
17. Работа руки при броске. Игры: «Диаметр» «Все по5». «Сектор 20»
18. Дыхательная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости лучезапястного сустава, кисти. Игры «Быстрый раунд».
19. Комплекс упражнений на осанку. Упражнения на развитие гибкости лучезапястного сустава, кисти. Работа с переменной дистанции. Соревнование игры «Крикет».
20. Комплекс упражнений на равновесие. Работа с переменной дистанции. Подведение итогов соревнований.

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Тема занятия Шашки

Формы практических заданий: сдача реферата.

Требования к выполнению практического задания:

Перечень тем рефератов:

1. История шашек: происхождение и развитие игры.
2. Психология шашек: как игра влияет на развитие умственных способностей.
3. Шашки в образовании: использование шашек в учебном процессе, развитие логического мышления
4. Шашки: особенности тренировок и соревнований.
5. Шашки и компьютерные программы: как искусственный интеллект изменил игру.
6. Шашки и культура: влияние шашек на литературу, кино и другие искусства.
7. Шашки и стратегическое мышление: как игра помогает развивать стратегическое мышление и принятие решений.
8. Шашки и социальные навыки: как игра помогает развивать коммуникативные навыки и учиться работать в команде.
9. Шашки как хобби: как игра может стать увлекательным хобби для всех возрастов.
10. Шашки и здоровье: влияние игры на психическое и физическое здоровье человека.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, опрос)

Раздел 4. Подвижные игры и эстафеты.

Тема занятия Подвижные игры и эстафеты без предметов

Формы практических заданий: контрольная работа.

Контрольная работа проводится на практическом занятии. В контрольной работе **1 теоретический вопрос и 1 аналитическое задание.**

Теоретические вопросы:

1. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в вузе, в режиме учебного дня.
2.Организация соревнований по подвижным играм.
3. Особенности проведения игр-эстафет без предметов.
4. Особенности проведения соревнований по подвижным играм.
5. Соревнования по подвижным играм. Документы планирования.
7. Значение подвижных игр на занятиях физической культуры. На примере одного.
8. История возникновения и развития соревнований «Веселые старты» в нашей стране.
9. Положение о проведении соревнований «Веселые старты».
10. Содержание и методика составления программы соревнований «Веселые старты».
11.Вопросы подготовки и организации соревнований «Веселые старты».
12.Методика судейства соревнований «Веселые старты». Состав судейской бригады и обязанности судей.
13. Варианты подсчета очков при проведении соревнований «Веселые старты».
14. Игры без предметов, игры-эстафеты без предметов.

Аналитическое задание:

1. Разработать и описать подвижную игру без предметов с учетом заболевания студента.

Что должно входить в описание игры: 1. Цель. 2. Задачи. 3. Место проведения. 4. Спортивный инвентарь. 5. Описание игры. 6. Дозировка. 7. Методические указания.

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Тема занятия: Подвижные игры и эстафеты с предметами

Формы практических заданий: аналитическое задание.

Аналитические задания:

1. Составить карточку (1 игра) для проведения подвижных игр с предметом (скакалка, обруч, мяч и т.д.).

Что должно входить в игровую карточку: 1. Название игры. 2. Педагогические задачи. 3. Количество участников. 4. Ф. И. О. проводящего игру. 5. Подготовка места к проведению игры. 6. Размещения игроков и руководителя игры. 7. Четкость объяснения игры (название, цель, ход и т.д.), 8. Выбора капитана, водящего. 9. Дозировка игры. 10. Использование помощников. 11. Объективность судейства. 12. Подведение итогов. 13. Определение победителей. Разбор игры. 14. Итог игры.

2. Составить карточку (1 игра) для проведения игр-эстафеты с целью восстановления и укрепления здоровья студентов.

1. Что должно входить в игровую карточку: 1. Название игры. 2. Педагогические задачи. 3. Количество участников. 4. Ф. И. О. проводящего игру. 5. Подготовка места к проведению игры. 6. Размещения игроков и руководителя игры. 7. Четкость объяснения игры (название, цель, ход и т.д.), 8. Выбора капитана, водящего. 9. Дозировка игры. 10. Использование помощников. 11. Объективность судейства. 12. Подведение итогов. 13. Определение победителей. Разбор игры. 14. Итог игры.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, групповой метод)

Раздел 5. Шахматы

Тема занятия Изучение правил игры в шахматы

Формы практических заданий: сдача реферата.

Перечень тем рефератов:

1. История шахмат: происхождение и развитие игры.
2. Психология шахмат: как игра влияет на развитие умственных способностей.
3. Шахматы в образовании: как использование шахмат в учебном процессе помогает развивать логическое мышление.
4. Шахматы как спорт: особенности тренировок и соревнований.
5. Шахматы и компьютерные программы: как искусственный интеллект изменил игру.
6. Шахматы и культура: влияние шахмат на литературу, кино и другие искусства.
7. Шахматы и стратегическое мышление: как игра помогает развивать стратегическое мышление и принятие решений.
8. Шахматы и социальные навыки: как игра помогает развивать коммуникативные навыки и учиться работать в команде.
9. Шахматы как хобби: как игра может стать увлекательным хобби для всех возрастов.
10. Шахматы и здоровье: влияние игры на психическое и физическое здоровье человека.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, опрос)

Тема занятия Разучивание ходов и партий

Формы практических заданий: доклад.

Вопросы к обсуждению:

1. Викторина «Истоки шахмат».
2. Поля, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр в шахматах.
3. Ходы шахматных фигур. Шах, мат, пат. Начальное положение.
4. Игровая практика (игра всеми фигурами из начального положения)
5. Обозначение шахматных фигур и терминов.
6. Запись начального положения. Краткая и полная шахматная нотация.
7. Запись шахматной партии. Игровая практика (с записью шахматной партии или фрагмента шахматной партии).
8. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур.
9. Анализ и доигрывание партий великих шахматистов, игра с компьютером.
10. Дидактические задания “Шах или не шах”, “Дай шах”, “Пять шахов”, “Защита от шаха”.

Ша́хматы — настольная логическая игра со специальными фигурами на 64-клеточной доске для двух соперников, сочетающая в себе элементы искусства. На учебных занятиях предусмотрены следующие практические задания: В шахматной партии принимает участие 6 видов фигур. Это:

1. Король 
2. Ферзь 
3. Ладья 
4. Слон 
5. Конь 
6. Пешка 

В каждой партии по одному королю и ферзю, по две ладьи, два слона, два коня и по восемь пешек. У каждой стороны по 16 фигур в начале игры. Всего на доске 32 фигуры, то есть в начале партии занято ровно 50% всей доски.

Начальная позиция выглядит так:



Король и ферзь располагаются вместе (их часто путают местами). Здесь важно запомнить 1 правило: в начальной позиции ферзь стоит на поле своего цвета. То есть белый ферзь в начальной позиции стоит на белой клетке, а черный ферзь на черной. Очень важно запомнить, что, когда одна фигура сбивает другую, она становится на клетку сбитой фигуры.

В процессе освоения шахматных фигур планируется постепенное их изучение студентами. А также освоение шахматным королем соперника «мат». Мат в шахматах – это нападение на короля, от которого нет защиты. Упражнение: две позиции, черному и белому королю объявлен мат. В первой позиции победили белые, во второй – чёрные.





В первой позиции белая ладья напала на черного короля. При этом королю помешали собственные пешки убежать на 7-й ряд. Во второй позиции черная ладья напала на белого короля. При этом вторая ладья не позволила королю пойти на 2-ю горизонталь. Такой мат принято называть "линейным".

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, опрос)

Раздел 6. Оздоровительная гимнастика

Тема занятия Лечебная физическая культура полностью или частично утраченных студентом функций после болезни, травмы.

Формы практических заданий: реферат
Темы рефератов:

1. Методика использования дыхательной гимнастики.
2. Методические основы составления комплексов специальных упражнений с учетом индивидуальных особенностей в состоянии здоровья.
3. Занятия физическими упражнениями при заболеваниях органов зрения, опорно-двигательного аппарата.
4. Рекомендации и основные противопоказания при занятиях физическими упражнениями при конкретном заболевании.
5. Гимнастика и зрение.
6. Стретчинг и методика занятий.
7. Групповые, индивидуальные и самостоятельные гимнастические упражнения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
8. Регулирование массы тела с помощью средств ЛФК при занятиях физическими упражнениями.
9. Правила выбора и применения упражнений, направленных преимущественно на увеличение мышечной массы.
10. Методика упражнений, способствующих уменьшению веса тела и оптимизации его структурных компонентов.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, групповой метод)

Тема занятия: Лечебная гимнастика при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента.

Формы практических заданий: реферат
Темы рефератов:

1. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.
2. Здоровье в системе человеческих ценностей, применение средств ЛФК при врожденной патологии. Понятие «здоровье и болезнь».
3. Основные компоненты и факторы здоровья. Здоровый и нездоровый образ жизни. Основные составляющие здорового образа жизни и его соблюдение при врожденных патологиях.
4. Параметры (компоненты) физических нагрузок, применяемых при физкультурно-оздоровительных занятиях.
5. Принципы, средства и способы закаливания, как одного из действующих факторов здорового образа жизни
6. Краткая характеристика основных физкультурно-оздоровительных систем (аэробика, ритмическая гимнастика, шейпинг, «тысяча движений» по Н. М. Амосову, атлетическая гимнастика, дыхательная гимнастики и т. д.)
7. Использование различных форм занятий физическими упражнениями при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
8. Оздоровление дыхательной системы с помощью физических упражнений.
9. Физические упражнения при нервно-психических заболеваниях.
10. Методика применения физических упражнений при заболеваниях эндокринной системы и обмена веществ.
11. Особенности применения физических упражнений при некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, групповой метод)

Раздел 7. Оздоровительное плавание
Тема занятия: Техника безопасности на занятиях плаванием. Ознакомление с техникой плавания в зале, на воде ОФП.
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Плавание способствует оздоровлению, физическому развитию и закаливанию организма. Купание, плавание, игры и развлечение на воде – один из самых полезных видов физических упражнений, они способствуют оздоровлению, укрепляют нервную систему человека. На учебных занятиях предусмотрены следующие виды упражнений:
Подготовительные упражнения для освоения с водой состоят из семи групп упражнений и будет изучаться в такой последовательности 1) Элементарные движения руками и ногами в воде, и передвижения; 2) Погружения. 3) Всплывания и лежания. 4) Упражнения на дыхание. 5) Прыжки и спады в воду. 6) Скольжения. 7) Опорные упражнения. Элементарные движения рук и ног.

- Упражнения для освоения техники плавания на суше.

Комплекс общеразвивающих упражнений
Упражнения для рук и плечевого пояса:
1. Движения руками, как при плавании кролем на груди.
2. Движения руками, как при плавании брассом.
3. Круговые вращения прямыми руками — 10 раз вперед, 10 раза назад, постепенно увеличивая амплитуду.
4. Круговые вращения кистями, сжатыми в кулак, в одну и другую сторону, обеими кистями одновременно и попеременно из положения руки в стороны или вперед.
5. Рывки руками назад.
6. Движения руками, как при плавании кролем на спине.

Упражнения для мышц туловищ:
1. Наклоны, доставая руками пол.
2. Наклоны, доставая пол локтями.
3. Повороты туловища, доставая руками носки ног.
4. Круговые движения тазом.
5. Три пружинистых наклона в одну и в другую сторону.

Упражнения для мышц ног:
1. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
2. Приседания.
3. Сидя на полу на пятках (носки оттянуты). Наклониться назад как можно ниже; вернуться в и.п., опираясь руками о пол.
4. Полу присед, кисти упираются о колени. Вращение коленей вправо и влево.
5. В положении стоя боком к опоре согнуть одну ногу в коленном суставе и, захватив стопу с внутренней стороны, подтянуть голень и пятку к ягодице. Отпустить ногу и выполнить ею движение брассом.
6. В положении лежа на груди движения ногами, как при плавании брассом.
7. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами, как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки в стороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
8. Руки на поясе — выпад правой ногой, три пружинистых покачивания, то же, выпад левой ногой.
9. То же, но смена ног прыжком.
10.То же, но выпад ногой в сторону.
11. Руки выставлены вперед — поочередные махи ногами вперед, доставая носками руки.
12. Руки в стороны — поочередные махи ногами в стороны, доставая носками руки.

- Обучение техники плавания «Кроль на груди». Первые движения ногами необходимо выполнять, держась руками за какую-нибудь неподвижную опору. Такой опорой может быть поручень или край бортика бассейна. Движение ног с приподнятой головой сменяется упражнением на задержанном вдохе при опущенном в воду лице и выпрямленных руках. Затем выполняется упражнение в согласовании с дыханием, при котором поворот головы для вдоха делается вначале в сторону прижатой правой руки, а затем — в сторону прижатой левой руки.
- После этого изучение движений ног с подвижной опорой, которой могут служить любые плавающие средства, способные поддерживать руки у поверхности воды и дающие возможность держать поднятую над водой голову (плавательная доска). Наиболее простое упражнение, при котором обучающийся держит плавательную доску за ближний к ней край с вытянутыми руками. Вначале выполняется движения с поднятой головой и произвольным дыханием. Освоив структуру движений и добившись удовлетворительного продвижения, выполнение этого же упражнение, но с опущенной в воду головой на задержанном вдохе.
- Упражнение одна рука вытянута, другая – прижата, тело на воде грудью вниз, работа ног в полной координации, Упражнение две руки прижаты к телу, работа ног в полной координации, попеременные гребки рук с доской, работа ног в полной координации.

Упражнения на суше.

1. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-2 наклон головы вперед, 3-4 наклон головы назад.
2. Исходное положение – руки к плечам, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 интенсивное вращение рук вперёд, 5-8 интенсивное вращение рук назад.
3. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 вращение в тазобедренном суставе по часовой стрелке, 5-8 вращение в тазобедренном суставе против часовой стрелки.
4. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 пружинистые наклоны корпуса в правую сторону, 5-8 пружинистые наклоны корпуса в левую сторону.
5. Исходное положение – руки на пояс, ноги как можно шире. Счет 1-2 пружинистые наклоны корпуса к правой ноге, руки тянуться к стопе, 3-4 пружинистые наклоны корпуса к средине. 5-6 пружинистые наклоны корпуса к левой ноге, руки тянуться к стопе. 7-8 исходное положение.
6. Исходное положение – полуприсед, ладони на коленных суставах. Счет 1-4 вращение в коленных суставах по часовой стрелке, 5-8 вращение в коленных суставах против часовой стрелки.
7. Исходное положение – руки на пояс. Счет 1-8 вращение голеностопным суставом (правой ноги) по часовой стрелке. 1-8 вращение голеностопным суставом (левой ноги) по часовой стрелке
8. Движения руками, как при плавании кролем на спине.

9. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
10. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами, как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки в стороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
2. Упражнения в воде:
3. Сделать вдох, задержать дыхание и погрузиться в воду, опустив лицо до уровня глаз.
4. Сделать вдох, задержать дыхание и медленно погрузиться с головой в воду.
5. То же, держась за бортик бассейна.
6. Сделать вдох, задержать дыхание и, погрузившись в воду, попытаться сесть на дно.
7. Подныривания под разграничительную дорожку (резиновый круг, доску) при передвижении по дну бассейна.
8. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и сосчитать количество облицовочных плиток до дна бассейна.
9. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и найти игрушку (кольцо), брошенную на дно бассейна.
10. Взявшись прямыми руками за бортик, сделать вдох и, опустив лицо в воду (подбородок прижат к груди), лечь на воду, приподняв таз и ноги к поверхности воды.
11. Тоже, что и предыдущее упражнение, но после того, как ноги и таз приподнялись к поверхности воды, оттолкнуться кистями от бортика.
12. «Поплавок». Сделать полный вдох, задержать дыхание и, медленно погрузившись в воду, принять положение плотной группировки (подбородок упирается в согнутые колени). В этом положении, сосчитав до десяти, всплыть на поверхность.
13. «Медуза». Выполнив упражнение «поплавок», расслабить руки и ноги.
14. «Звездочка». Из положения «поплавок» развести ноги и руки в стороны (или, сделав вдох и опустив лицо в воду, лечь на воду; руки и ноги в стороны).
15. Упражнение в парах «водолазы». Погрузившись в воду, открыть глаза и сосчитать количество пальцев на руке партнера, поднесенных к лицу.
16. Упражнение в парах. Стоя лицом друг к другу, сделать вдох, погрузиться в воду и поднырнуть между широко расставленными ногами партнера. Всплывания и лежания на воде.

- Дыхательная выносливость. Это упражнение называется “лесенка”. Плыть следующим образом:

- один бассейн 25 метров – дышим на каждый второй гребок,
- затем – на каждый третий,
- затем, соответственно – на каждый четвертый и пятый.
- затем снова на четвертый, третий и второй.

Далее отдышаться и повторить это задание.

- Плавание кроль на груди в полной координации рук и ног 100 м.

Упражнения в воде. 2. Держась согнутыми локтями рук за край бортика бассейна, лежа на спине в воде, прижать подбородок к груди, выполнять движения ног кролем на спине. 3. Плавание при помощи движений ног, одна рука у бедра, другая за головой; руки у бедер; руки за головой. 4. Проплывание небольших отрезков кролем на спине с движениями неподвижных рук вверх, ноги в полной координации; с проносом «стороной» гребок одной рукой под водой, и обычным проносом другой руки, в полной координации с движением ног; с одновременным движением рук (одна рука делает гребок над водой + гребок под водой, «пронос руки» до вытянутой второй руки, далее, вторая рука выполняет такое же упражнение; плавание с акцентом усилий на движения рук, на движения ног.

- Плавание кроль на спине в полной координации рук и ног 100 м.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, команды)

Тема занятия: Изучение техники плавания способами кроль на груди, брасс, кроль на спине на суше. Упражнения на освоение с водой.

Формы практических заданий:посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза, прохождение дистанции.

Требования к выполнению практического задания:

Упражнения на суше.

11. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-2 наклон головы вперед, 3-4 наклон головы назад.
12. Исходное положение – руки к плечам, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 интенсивное вращение рук вперёд, 5-8 интенсивное вращение рук назад.
13. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 вращение в тазобедренном суставе по часовой стрелке, 5-8 вращение в тазобедренном суставе против часовой стрелки.
14. Исходное положение – руки на пояс, ноги на ширине плеч. Счет 1-4 пружинистые наклоны корпуса в правую сторону, 5-8 пружинистые наклоны корпуса в левую сторону.
15. Исходное положение – руки на пояс, ноги как можно шире. Счет 1-2 пружинистые наклоны корпуса к правой ноге, руки тянуться к стопе, 3-4 пружинистые наклоны корпуса к средине. 5-6 пружинистые наклоны корпуса к левой ноге, руки тянуться к стопе. 7-8 исходное положение.
16. Исходное положение – полуприсед, ладони на коленных суставах. Счет 1-4 вращение в коленных суставах по часовой стрелке, 5-8 вращение в коленных суставах против часовой стрелки.
17. Исходное положение – руки на пояс. Счет 1-8 вращение голеностопным суставом (правой ноги) по часовой стрелке. 1-8 вращение голеностопным суставом (левой ноги) по часовой стрелке
18. Движения руками, как при плавании кролем на спине.
19. Сидя на полу в упоре руками сзади (плечи отклонены назад), ноги выпрямлены в коленях, носки оттянуты. Имитация движений ногами кролем.
20. Сидя на полу, упор руками сзади. Движения ногами,как при плавании брассом: медленно подтянуть ноги, разворачивая колени в стороны и волоча стопы по полу; развернуть носки встороны; выполнить толчок, соединить ноги и вытянуть их на полу. Сделать паузу, медленно и мягко подтянуть ноги к себе.
17. Упражнения в воде:
18. Сделать вдох, задержать дыхание и погрузиться в воду, опустив лицо до уровня глаз.
19. Сделать вдох, задержать дыхание и медленно погрузиться с головой в воду.
20. То же, держась за бортик бассейна.
21. Сделать вдох, задержать дыхание и, погрузившись в воду, попытаться сесть на дно.
22. Подныривания под разграничительную дорожку (резиновый круг, доску) при передвижении по дну бассейна.
23. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и сосчитать количество облицовочных плиток до дна бассейна.
24. Погрузившись в воду с головой, открыть глаза и найти игрушку (кольцо), брошенную на дно бассейна.
25. Взявшись прямыми руками за бортик, сделать вдох и, опустив лицо в воду (подбородок прижат к груди), лечь на воду, приподняв таз и ноги к поверхности воды.
26. Тоже, что и предыдущее упражнение, но после того, как ноги и таз приподнялись к поверхности воды, оттолкнуться кистями от бортика.
27. «Поплавок». Сделать полный вдох, задержать дыхание и, медленно погрузившись в воду, принять положение плотной группировки (подбородок упирается в согнутые колени). В этом положении, сосчитав до десяти, всплыть на поверхность.
28. «Медуза». Выполнив упражнение «поплавок», расслабить руки и ноги.
29. «Звездочка». Из положения «поплавок» развести ноги и руки в стороны (или, сделав вдох и опустив лицо в воду, лечь на воду; руки и ноги в стороны).
30. Упражнение в парах «водолазы». Погрузившись в воду, открыть глаза и сосчитать количество пальцев на руке партнера, поднесенных к лицу.
31. Упражнение в парах. Стоя лицом друг к другу, сделать вдох, погрузиться в воду и поднырнуть между широко расставленными ногами партнера. Всплывания и лежания на воде.

- Дыхательная выносливость. Это упражнение называется “лесенка”. Плыть следующим образом:

- один бассейн 25 метров – дышим на каждый второй гребок,
- затем – на каждый третий,
- затем, соответственно – на каждый четвертый и пятый.

- затем снова на четвертый, третий и второй.

Далее отдышаться и повторить это задание.

- Плавание кроль на груди в полной координации рук и ног 100 м.

Упражнения в воде. 2. Держась согнутыми локтями рук за край бортика бассейна, лежа на спине в воде, прижать подбородок к груди, выполнять движения ног кролем на спине. 3. Плавание при помощи движений ног, одна рука у бедра, другая за головой; руки у бедер; руки за головой. 4. Проплывание небольших отрезков кролем на спине с движениями неподвижных рук вверх, ноги в полной координации; с проносом «стороной» гребок одной рукой под водой, и обычным проносом другой руки, в полной координации с движением ног; с одновременным движением рук (одна рука делает гребок над водой + гребок под водой, «пронос руки» до вытянутой второй руки, далее, вторая рука выполняет такое же упражнение; плавание с акцентом усилий на движения рук, на движения ног.

- Плавание кроль на спине в полной координации рук и ног 100 м.

Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, команды)

Раздел 8. **Общая физическая подготовка (оздоровительные формы и виды)**

Тема занятия Развитие скоростных и силовых способностей

Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.

Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
Упражнения, выполняемые группой; в парах, индивидуально, ОФП с использованием предметов (набивные мячи, гимнастические палки, скакалки. гантели и др.), О.П.У. у гимнастической стенки, с использованием гимнастических скамеек и других гимнастических снарядов.
Развитие скоростных и силовых способностей.
1 комплекс.
1.Техника безопасности при занятиях *общей физической подготовки.*
2.Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
3.Равномерный медленный бег (5 мин.).
4.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
5.Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м. Для развития частоты движений: (скорость 100 % от максимума) «семенящий» бег: (30–40 м.); для комплексного развития быстроты: бег на отрезках 50–80 м., скорость 80 – 95% от максимума, количество повторов 3–4, отдых 3–5 мин. То же с вариацией затруднения и облегчения бега.
6.Общая подготовка силовой направленности, комплексы упражнений для начинающих.
7. Упражнения на растягивание.

2 комплекс.
1.Выполнение строевых команд на месте и в движении; передвижения строевым шагом. Повороты направо, налево, кругом; строевые команды.
2.Равномерный медленный бег (5 мин.).
3.Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
4.Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
5.Выполнение упражнений на развитие скоростно-силовых способностей (использование непредельных отягощений с максимальной скоростью от 20 до 60%).
6.Выполнение упражнений на развитие собственно силовых способностей (использование непредельных отягощений с предельным числом повторений).
7.Выполнение комплекса упражнений силовой направленности с использованием различного оборудования (гантели, штанги, бодибары, медболы, амортизаторы, тренажеры).

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, диалог, групповой метод)

Тема занятия: Развитие выносливости и координационных способностей
Формы практических заданий:посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.
Требования к выполнению практического задания:

1. Кроссовый бег в равномерном медленном темпе (2×5 мин.).
2. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
3. Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
4. Подвижные игры.
5. Упражнения общего воздействия с участием наибольшего числа мышечных групп.
6. Кроссовый бег в равномерном медленном темпе (2×6 мин.).
7. Выполнение комплекса упражнений на разминку.
3. Эстафеты на развитие координационных способностей
8. Упражнения для развития общей выносливости. Оптимизация физической работоспособности студента.
9. Упражнения на растягивание.
10. Равномерный медленный бег (12 мин.).
11. Выполнение комплекса для разминки с мячами.
12. Преодоление полос препятствий.
13. Выполнение упражнений с акцентом на точность их выполнения по параметрам времени, усилий, темпа, пространства.
14. Равномерный медленный бег (13 мин.).
15. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.
16. Выполнение комплекса специальных беговых упражнений 2×30 м.
17. Переменный бег на отрезках 1000 м в среднем темпе, чередуя с отрезками 400 м в медленном темпе (2-4 повторения).
18. Выполнение упражнений на меткость на месте и в движении.
19. Равномерный медленный бег (14 мин.).
20. Переменный бег на отрезках 1500 м в среднем темпе, чередуя с отрезками 400 м в медленном темпе (2-3 повторения).
21. Подвижные игры (с мячом).

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, команды, групповой метод)

Раздел 9. Настольный теннис

Тема занятия Изучение правил игры.
Формы практических заданий:посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.
Требования к выполнению практического задания:

Настольный теннис – это не просто игра, но и большой труд, а также испытание и воспитание волевых качеств. Игра приучает человека к тем физическим и психическим усилиям, которые так необходимы в профессиональной деятельности и повседневной жизни. Тренировка игрока в настольный теннис – это и техническая, и тактическая, и физическая, и психологическая, и теоретическая подготовка.
Тренировочное занятие должно состоять из трёх частей:
подготовительной (разминки), основной и заключительной, каждая из которых имеет свои задачи.
Задачей подготовительной части занятия является подготовка всех функций организма. Основная часть занятия направлена на освоение и совершенствование техники и тактики игры, развитие морально-волевых качеств. Проводят её с мячами у теннисного стола.
Заключительная часть занятия включает упражнения на расслабление и дыхание, способствующее постепенному переходу организма от интенсивной нагрузки к отдыху.
В специально-физическую подготовку тенниса включают:
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);

– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с шариком и ракеткой);
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);
– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с мячиком и ракеткой);
– игра после физической и вестибулярной нагрузки;
– гимнастика для глаз.
Для того чтобы занятия ваши стали интереснее, используйте различные игры и всевозможные соревновательные формы упражнений. Такие упражнения подстегивают к достижению цели, учат бороться за выигрыш очка от начала до конца. Это могут быть обычные игры на счет или выполнение тренировочных заданий со счетом.
Примеры игр «Солнышко», «Два против пяти», «Один против четырех» и др.

Взаимодействие с аудиторией (указания, инструкции, команды, групповой метод)

Тема занятия Изучение технических действий в настольном теннисе.
Формы практических заданий: посещения учебных занятий студентами, выступления на соревнованиях вуза.
Настольный теннис – это не просто игра, но и большой труд, а также испытание и воспитание волевых качеств. Игра приучает человека к тем физическим и психическим усилиям, которые так необходимы в профессиональной деятельности и повседневной жизни. Тренировка игрока в настольный теннис – это и техническая, и тактическая, и физическая, и психологическая, и теоретическая подготовка.
Тренировочное занятие должно состоять из трёх частей:
подготовительной (разминки), основной и заключительной, каждая из которых имеет свои задачи.
Задачей подготовительной части занятия является подготовка всех функций организма. Основная часть занятия направлена на освоение и совершенствование техники и тактики игры, развитие морально-волевых качеств. Проводят её с мячами у теннисного стола.
Заключительная часть занятия включает упражнения на расслабление и дыхание, способствующее постепенному переходу организма от интенсивной нагрузки к отдыху.
В специально-физическую подготовку тенниса включают:
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);
– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с шариком и ракеткой);
– упражнения для укрепления мышц спины и плечевого пояса;
– упражнения для укрепления мышц ног (различные виды приседаний и прыжки);
– упражнения для укрепления мышц кисти и предплечья (гантельная гимнастика);
– координационные упражнения (в равновесии, вращения и повороты, разноименные движения руками, упражнения с мячиком и ракеткой);
– игра после физической и вестибулярной нагрузки;
– гимнастика для глаз.
Для того чтобы занятия ваши стали интереснее, используйте различные игры и всевозможные соревновательные формы упражнений. Такие упражнения подстегивают к достижению цели, учат бороться за выигрыш очка от начала до конца. Это могут быть обычные игры на счет или выполнение тренировочных заданий со счетом.
Примеры игр «Солнышко», «Два против пяти», «Один против четырех» и др.
Разучивание технических элементов в настольном теннисе.
Обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученый по высокому и полувысокому мячу, удар слева/справа крученый, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.
Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.
Обучение и совершенствование технике толчка.
Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.

Удары без вращения мяча (откидка, толчок, подставка, атакующий удар,
«свеча», атакующий удар по «свече»), скидка.
Удары с нижним вращением мяча (срезка, подрезка).
Атакующие удары с верхним вращением мяча (накат, топ-спин).
Подачи. Прием подач.
Совершенствование техники и тактики игры в нападении и защите, технику ведения мяча, технику передачи.
Методические рекомендации по исправлению ошибок в технике игры

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (инструкции, диалог, беседа, команды)

П.2.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. **Легкая атлетика** Тема 1.1. Легкоатлетическая подготовка (оздоровительные виды) в зале	Подготовка реферата
Тема 1.2. Оздоровительный бег, скандинавская ходьба	Подготовка реферата
Раздел 2. Занятия избранным видом адаптивного спорта Тема 2.1. Элементы техники адаптивного волейбола	Подготовка реферата
Тема 2.2. Элементы техники адаптивного баскетбола	Подготовка реферата
Модуль 2	
Раздел 3. Оздоровительные игры 3.1. Дартс	Подготовка реферата
3.2. Шашки	Подготовка реферата
Раздел 4. Подвижные игры и эстафеты 4.1. Подвижные игры и эстафеты без предметов	Подготовка реферата
4.2. Подвижные игры и эстафеты с предметами	Подготовка реферата
Модуль 3	
Раздел 5. Шахматы 5.1. Изучение правил игры	Расчетно-практическое задание
5.2. Разучивание ходов и партий	Расчетно-практическое задание
Раздел 6. Оздоровительная гимнастика 6.1. Лечебная физическая культура полностью или частично утраченных студентом функций после болезни, травмы.	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
6.2. Лечебная гимнастика при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента.	Подготовка реферата
Модуль 4	
Раздел 7. Оздоровительное плавание 7.1. Техника безопасности на занятиях плаванием. Ознакомление с техникой плавания в зале, на воде ОФП.	Подготовка реферата
7.2. Изучение техники плавания способами кроль на груди, брасс, кроль на спине на суше. Упражнения на освоение с водой.	Подготовка реферата
Модуль 5	
Раздел 8. Общая физическая подготовка (оздоровительные формы и виды) 8.1. Развитие скоростных и силовых способностей	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
8.2. Развитие выносливости и координационных способностей	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
Модуль 6	
Раздел 9. Настольный теннис 9.1. Изучение правил игры	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание
9.2. Изучение технических действий	Самостоятельное изучение материала раздела/темы, домашнее задание

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Скандинавская ходьба.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Обучение технике ходьбы.
2. Развитие выносливости при ходьбе.
3. Методики эффективных и экономичных способов овладения техники ходьбы
4. Особенности самостоятельных занятий оздоровительной ходьбой
5. Самоконтроль при занятиях оздоровительной ходьбой
6. Оздоровительный эффект бега.
7. Основы методики проведения занятий.
8. Определение оптимального темпа бега
9. Самоконтроль в процессе занятий оздоровительным бегом
10. Примерный план тренировок по оздоровительному бегу на месяц. Интервалы отдыха между занятиями.

11. Методика физической подготовки при занятия скандинавской ходьбой.
12. Методика технической подготовки скандинавской ходьбы.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2
Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

Элементы техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол. Общие и специальные упражнения игрока. Баскетбол в адаптивном спорте, преимущества радиального баскетбола, области применения, правила игры в радиальный баскетбол, Мини-питербаскет**.**

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Методика обучения волейболу сидя и стоя.
2. Средства обучения и совершенствование адаптивного волейбола
3. Методы обучения адаптивному волейболу
4. Обучение передачам мяча в адаптивном волейболе (сидя, стоя)
5. История и особенности волейбола сидя
6. Различия классического волейбола от сидячего волейбола
7. Волейбол стоя
8. Правила игры в радиальный баскетбол
9. Классификация игроков питер-баскетбола, какие нозологии людей могут играть в адаптивный баскетбол.
10. Радиальный баскетбол на колясках
11. Радиальный баскетбол сидя
12. Судьи и их обязанности в питер-баскетболе
13. Мини-питер-баскетбол. Правила игры.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3
Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

Шашки для слепых и слабовидящих, правила игры в шашки, основы шашечной игры, ходы фигур; цель шашечной партии; история возникновения игры в шашки; приёмы разыгрывания партии, доведения её до логического конца. Обучения навыкам игры в шашки. Техника игры в шашки

Перечень тем рефератов к Разделу 3:

1. История возникновения игры в дартс.
2. Адаптивный дартс. Игроки и особенности игры
3. Влияние игры в дартс на здоровье студента
4. Правила игр: «3+9», «Большой раунд», «Набор очков», «Быстрый раунд», «Американский крикет», «101», «301», «501»
5. Общая физическая подготовка в дартсе
6. Оборудование и инвентарь в дартсе. Материально-техническая оснащенность игры в дартс.
7. Основы техники игры в дартс.
8. Правила техники безопасности во время занятий по дартсу
9. Шашки для слепых и слабовидящих, особенности игры
10. Правила игры в шашки
11. Обучения навыкам игры в шашки.
12. Техника игры в шашки

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4
Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 4:

Подвижные игры с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.

Перечень тем рефератов к Разделу 4:

1. Теория происхождения и развитие подвижных игр.
2. Педагогические основы игры (оздоровительное, образовательное, воспитательное значение).
3. Отличие подвижных игр от спортивных.
4. Игровой метод. Его роль в педагогической практике.
5. Педагогическая группировка (классификация) подвижных игр.
6. Подвижные игры с предметами (особенности, характеристика, описание игр).
7. Применение подвижных игр при различных формах заболеваний людей.
8. Подвижные игры без предметов (особенности, характеристика, описание игр)
9. Критерий выбора игры.
10. Подготовка руководителя к игре.
11. Подготовка играющего коллектива.
12. Способы разделения игроков на команды и их характеристика.
13. Способы выбора водящего и их характеристика.
14. Выборы помощников и капитанов в игре.
15. Требования к рассказу и порядок объяснения игры.
16. Роль и место показа.
17. Руководство игрой.
18. Дозировка и судейство игры.
19. Требования к окончанию и подведению итогов игры.
20. Игры-эстафеты с предметами и без предметов. Описание игры, оздоровительное значение.
21. Противопоказания к занятиям подвижными играми в зависимости от заболевания.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 5:

a. Основы дебюта. Разработка плана игры.
b. Как начинать партию. Борьба за центр.
c. Развитие фигур и пешек.
d. Понятие о плане в игре.
e. Влияние позиции на ценность фигур и соотношение сил.

Перечень тем расчетно-практических заданий к Разделу 5:

1. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Мат в 1 ход”, “Поставь мат в 1 ход не рокированному королю”.
2. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Поставь детский мат” Белые или черные начинают и объявляют противнику мат в 1 ход.
3. **Выполнить задание на логическое мышление.** “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 6

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 6:

Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний: – нарушений опорно-двигательного аппарата; – желудочно-кишечного тракта и почек, – нарушений зрения, – нарушений слуха, – сердечно-сосудистой системы и ЦНС; – органов дыхания.

Перечень тем рефератов к Разделу 6:

1. Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний: (нарушений опорно-двигательного аппарата; желудочно-кишечного

тракта и почек, нарушений зрения, нарушений слуха, сердечно-сосудистой системы и ЦНС; органов дыхания.

2. Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний (комплексы лечебной физической культуры (ЛФК)).
3. Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике йоги, бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы.
4. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице).
5. Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой.
6. Использование элементов оздоровительных систем на занятиях: йога, Пилатес, бодифлекс, стретчинг, адаптивная гимнастика по Бубновскому и др.
7. Обучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг) снятия психоэмоционального напряжения.
8. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
9. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья.
10. Овладение инструкторской практикой проведения комплексов профилактической гимнастики

Задания для самостоятельной работы к Разделу 7

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 7:

1. Техника скольжения на груди, толчка от бортика бассейна, попеременной работы рук и ног способом кроль на груди, техники вдоха и выдоха при спортивном плавании.
2. Упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц туловища, мышц ног, упражнения в воде в не полной и полной координации движения, лежание на воде, брасс у неподвижной опоры.
3. Контроль владения навыками лежания на воде, скольжения на груди и на спине.
4. Освоение навыка дыхания в воде.
5.

Перечень тем рефератов к Разделу 7:

Расписать по 5 упражнений

1. Упражнения в воде с неподвижной опорой для обучения техники плавания кроль на груди
2. Упражнения в воде с подвижной опорой, направленные на продвижения в воде за счет ног
3. Упражнения в воде без опоры направленные на продвижения в воде за счет ног
4. Упражнения для изучения согласования движений ногами и дыхания
5. Упражнения в воде с неподвижной опорой, направленные на движения рук и согласование дыхания

Задания для самостоятельной работы к Разделу 8

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 8:

развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

Перечень тем домашних заданий к Разделу 8:

1. Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.

2. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи).
3. Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.
4. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
5. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера).
6. Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.
7. Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений

Примерные комплексы упражнений по общей физической подготовке:

Комплекс упражнений в положении лежа для укрепления мышц спины:

1. И.п. - лежа на животе, подбородок на кистях рук. Поднять голову и плечи, руки на пояс (живот от пола не отрывать, Лопатки соединить), держать 3–4 секунды.
2. То же, но руки к плечам, за голову.
3. То же, но руки назад, в стороны.
4. То же, но руки вверх.
5. Поднять голову и плечи. Движение руками к плечам, в стороны, к плечам, И.п.
6. Поднять голову и плечи. Руки в стороны - сжимание и разжимание пальцев.
7. Поднять плечи и голову. Руки вверх - два хлопка, и.п.
8. То же, но руки в стороны - небольшие круговые движения в плечевых суставах.
9. Движения руками как при плавании способом брасс на груди.
10. Движение руками в стороны, к плечам, вверх. и.п.
11. Движения руками, имитация «бокса».
12. И.п. – то же. Движение руками вверх, за голову, вверх, и.п. Держать 4 счета в каждом положении.
13. И.п. - лежа на животе, руки вверх. Передача теннисного мяча, эстафетной палочки из рук в руки до конца шеренги. Все занимающиеся держат руки вверху до окончания передачи.
14. То же, но передача предмета слева направо.
15. И.п. - лежа на животе, руки под подбородком. Поочередное поднимание ноги вверх.
16. То же, но движения ногами как при плавании кролем на груди.
17. И.п. - то же. Поднимание обеих ног вверх.
18. И.п. - тоже. Поднять правую, присоединить левую, опустить правую, затем левую.
19. Поднять ноги, развести в стороны, соединить и опустить.
20. На гимнастической скамейке, лежа продольно на животе, движения ногами, как при плавании способом брасс на груди.
21. И.п. - то же, но движения руками и ногами.
22. И.п. - лежа на животе, руки согнуты, кисти под подбородком. Поднять левую руку вперед, а правую назад вдоль туловища, опустить голову и потянуться, проделать то же, меняя положение рук. Темп медленный.
23. «Лягушонок». И.п. - то же. Поднять голову вверх, руки к плечам ладонями вперед, сводя лопатки, прогнуться спину с небольшим подниманием груди от пола. Прогибая спину, отводить голову назад, избегать сильного прогиба в пояснице, темп медленный.
24. И.п. - лежа на животе, упор ладонями у плеч, голова опущена. Попеременное поднимание ног назад-вверх с прогибом спины и отклонением головы назад. Прогибаясь, не отрывать грудь от пола, темп средний.

Упражнения для укрепления мышц живота:

1 комплекс

1. И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное поднимание ног на 45º.
2. Согнуть обе ноги в коленях, разогнуть под углом 90º и опустить.
3. «Велосипед».
4. Движение ногами, как при плавании кроль на спине.
5. Одновременное поднимание и опускание прямых ног.
6. Согнуть обе ноги в коленях, выпрямить их под углом 45º, развести их в стороны и, опуская, соединить.
7. Движения ногами, как при плавании способом брасс на спине.
8. Поднимание и опускание прямых ног с разной скоростью.
9. Круговые движения ногами.
10. Поднимание и опускание ног в коленях с зажатым между коленями волейбольным или набивным мячом.
11. Руки вперед, ноги согнуть в коленях, головой коснуться колен.
12. И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание ног в коленных суставах. Спина прямая, прижата к полу, темп медленный.
13. И.п. - лежа на спине, руки за головой. Делать попеременные движения прямыми ногами вверх-вниз - «ножницы». Затылок и плечи плотно прижаты к полу, темп средний, 4–10 раз каждой ногой.
14. И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднимание прямых ног вверх. Носки вытянуты, темп медленный.
15. И.п. - лежа на спине, руки согнуты, ладони над головой. Поднимание прямых ног вверх, разведение их в стороны и опускание вниз в И.п. Локти плотно прижаты к полу, а ноги прямые, темп медленный, повторить.
16. И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища, ладони повернуты к полу.
17. Сесть, опираясь руками в пол, выпрямить спину, отвести прямые руки назад и вернуться в И.п. Ноги все время прямые, сидя, отводить голову назад, темп средний.

2 комплекс

1. Скручивание. Это упражнение для верхнего пресса выполняется в положении лежа, при этом нога согнута в колене, локти разведены в стороны, а руки находятся за шеей. Медленно поднимаем верхнюю часть туловища. Также медленно опускаемся в исходное положение. Поясница должна плотно прижиматься к полу на протяжении всего упражнения.
2. Диагональное скручивание. В этом упражнении для косых мышц пресса исходное положение будет таким же, как и в первом. Делать скручивание следует так, чтоб левым локтем касаться правого колена, а правым тянуться ко второй ноге. Выполнять такие упражнения для косых мышц пресса надо на каждую сторону по 10 раз в три подхода.
3. Обратное скручивание. Исходное положение – руки вдоль тела, лёжа на спине. Напрячь мышцы пресса и поднять ногу. При достижении наибольшего возможного напряжения брюшных мышц очень медленно возвратиться в исходное положение. 12 повторов в 3 подхода.
4. Двойное скручивание. И.п. Лежа на спине, ногу согнуть под углом 45 градусов в колене, а руки за голову. Поднять ногу и голову, медленно двигать их друг другу навстречу. Также медленно возвратиться в исходное положение. 15 раз в три подхода.
5. «Поднимаем ногу». Лежа на спине, ноги прямые, а руки находятся вдоль туловища. Поднять прямую ногу таким образом, чтобы с туловищем они составляли прямой угол.

3 комплекс.

И.п. лежа на спине, поясница, прижата к опоре (для всех упражнений).

1. Сгибать и разгибать ноги в коленном и тазобедренном суставах поочередно.

2. Согнуть обе ноги, разогнуть вперед, медленно опустить.
3. Поочередное сгибание и разгибание ног на весу «велосипед».
4. Руки за головой, поочередное поднимание прямых ног вперед.

Упражнения для формирования и закрепления правильной осанки.

1. Стоя, принять правильную осанку, касаясь стены (без плинтуса) или гимнастической стенки. При этом затылок, лопатки, ягодичная область, икры ног и пятки должны касаться стены.
2. Принять правильную осанку (1упр.). Отойти от стены на один шаг, сохраняя правильную осанку.
3. Принять правильную осанку у стены. Сделать 2 шага вперед, присесть, встать, вновь принять правильную осанку.
4. Принять правильную осанку у стены. Сделать один шаг вперед -два шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плечевого пояса, рук и туловища. Принять правильную осанку.
5. Стоя у гимнастической стенки, принять правильную осанку, приподняться на носки, удержаться в таком положении 3-4 сек. Вернуться в И.п.
6. То же упражнение, но без гимнастической стенки.
7. Принять правильную осанку, присесть, разводя колени в стороны и сохраняя прямое положение головы и позвоночника. Медленно встать и принять И.п.
8. Сидя на гимнастической скамейке у стены, принять правильную осанку (затылок, лопатки и ягодицы прижать к стене).
9. И.п.- как упр.8.расслабить мышцы шеи, наклонить голову, расслабить плечи, мышцы спины, вернуться в и.п.
10. И.п. – лежа на спине. Голова, туловище и ноги должны составлять прямую линию, руки прижаты к полу. Встать, принять правильную осанку, придавая поясничной области тоже положение, которое было принято в положение лежа.
11. И.п.- лежа на полу. Прижать поясничную область к полу. Встать, принять правильную осанку.
12. Принять правильную осанку в положение стоя. Ходьба по залу с остановками, с сохранением правильной осанки.
13. Стоя, правильная осанка, мешочек с песком на голове. Присесть, стараясь не уронить мешочек. Встать в И.п.
14. Ходьба с мешочком на голове с сохранением правильной осанки.
15. Ходьба с мешочком на голове с перешагиванием через препятствие (гимнастическую скамейку, скакалка), сохраняя и.п.
16. Ходьба с мешочком на голове с одновременным выполнением различных упражнений (ходьба в полуприседе, с высоким подниманием колен, и т. д.).

Упражнения на координацию движений

1. И. п.- стоя на ноге, руки свободно опущены вниз. Вдох: приподнимаем не здоровую ногу, одновременно руки сгибаются в локтях и кисти рук поднимаются на уровень груди. Выдох: руки разводятся в стороны.
2. И. п.- то же. Вдох: занимаем первую позицию предыдущего упражнения. Выдох: корпус наклоняется вперед, руки вытягиваются вперед.
3. Вдох: переход к прежней позиции (руки поставить на пол). Выдох: возвращение в исходное положение. Затем упражнение повторяется с противоположной стороны.
4. И. п.- то же. Выдох: руки производят круговое вращательное движение вправо-вверх-влево-вниз, а затем вместе с правой ногой отводятся вправо, при этом нога полностью выпрямляется в коленном суставе. Вдох: переход к прежней позиции. Выдох: возвращение в исходное положение. Затем упражнение выполняется с противоположной стороны.
5. И. п.- лечь на пол, поднять ногу и корпус вверх, упираясь руками в поясницу, а локти поставив на пол. Подержать это положение, медленно считая до десяти, затем опустить корпус на пол.

6. Сидя на стуле (спина прямая, шея выпрямлена, взгляд вперед), взяться руками за боковой край сиденья (обеими руками), ноги поднять параллельно полу и, удерживая их в таком положении сделать дыхательное упражнение.
7. Л. п.- стоя на ноге, руки разведены в стороны. Вдох: дыхание нижнее. На выдохе производим медленный наклон вперед, стараясь наклониться как можно ниже. Движение вниз заканчивается одновременно с выдохом. На вдохе - выпрямляемся и выходим в исходное положение.
8. И. п.- сидя. Взять рукой наружный край стопы, и, удерживая равновесие, сидя на ягодицах, отвести ногу в стороны, стараясь полностью разогнуть ногу в коленном суставе. При этом необходимо стараться не заваливаться назад.
9. Упражнение выполняется от 3–4 до 10–12 раз, удерживая равновесие от 2–3 секунд до 10-15 секунд. Тип дыхания - нижнее.
10. И. п.- сидя и опираясь ногой и рукой об пол. Отрываем ягодицы от пола, оставаясь на трех точках опоры, и удерживаем равновесие.

Упражнения для мышц ног.

1. Ходьба с перешагиванием линий, расположенных на разном расстоянии друг от друга.
2. Ходьба по прямой с перешагиванием через кегли, набивные мячи, гимнастическую скамейку и т. п.
3.

А) Ходьба по полоске (узкой линии), приставляя носок к пятке впереди стоящей ноги.

Б) Ходьба боком, приставными шагами, ставя носок стопы на край линии.

4. По команде: «Длинные ноги идут по дороге» ходьба на носках, высоко поднимая прямые ноги; по команде: «Короткие ножки идут по дорожке ходьба в полуприседе.
5. Ходьба с хлопками на каждый четвертый счет. Вслух произносится: «Раз, два, три, хлоп!». Первый раз хлопок над головой, второй - перед собой, третий - за спиной.
6.

А) Ходьба со сменой на правления между стойками, кеглями, набивными мячами.

Б) То же вдвоем, держась за руки.

7. Ходьба по кругу, взявшись за руки, со сменой направления, собираясь в центр, расходясь в большой круг на вытянутые руки.
8. Ходьба в колонне, положив правую (левую, обе) руку на плечо впереди идущего.
9. Ходьба с гимнастической палкой, хватом двумя руками за плечами (на носках, на пятках), сохраняя правильную осанку.
10. Ходьба с мешочком- ком песка на голове.
11. Ходьба скользящим шагом, крадучись, неслышно, как кошка, в такт, делая движения руками, сгибая и разгибая пальцы, выпуская «когти».
12. Ходьба на месте, высоко поднимая колени со сменой темпа: медленно – быстро.
13.

А) Ходьба по гимнастической скамейке, бревну с остановками, поворотами, движениями рук (с помощью, со страховкой, самостоятельно).

Б) Ходьба по наклонной доске (или скамейке), расправив плечи, руки в стороны.

14. Ходьба с предметами в руках (мячи, шарики, флажки, ленточки с заданиями:

А) На каждый шаг руки вперед, в стороны, вверх.

Б) Круговые движения кистями.

В) Круговые движения в плечевых суставах.

Г) передача предмета из правой руки в левую впереди себя, из левой в правую- за спиной.

15. Ходьба спиной вперед.
16. Ходьба с закрытыми и открытыми глазами.

А) 5 шагов с открытыми глазами, 5 шагов с закрытыми глазами (считать вслух).

Б) Открывать глаза по команде «светло» закрывать - по команде «темно».

В) Ходьба с закрытыми глазами к источнику звука (колокольчик, свисток).

17.

А) Ходьба на носках, на пятках, на наружной стороне стопы, поджав пальцы; перекатом с пятки на носок.

Б) Ходьба по массажной дорожке, босиком.

В) Ходьба босиком по траве, песку, гравию.

18. Ходьба с остановками по сигналу. По сигналу «Раз» - остановка, по сигналу «Раз-два» - поворот кругом.
19. Ходьба с регулированием темпа громкостью команд (или музыки). При команде шепотом или тихой музыке - медленная ходьба на носках, движение рук изображает волны; при средней громкости - быстрая ходьба с сильными волнами; при громкой - переход на бег.
20. Ходьба с притопыванием в заданном ритме и соответствующем проговариванием звуков «Та-та-та».
21. Ходьба одной ногой по гимнастической скамейке. другой - по полу.

А) Ходьба вдоль по канату, руки в стороны.

Б) Ходьба по канату боком приставными шагами, руки в стороны.

22. В парах - ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, руки за голову. При встрече разойтись, удержавшись на скамейке и сохранив правильную осанку.

Упражнения для развития мелкой моторики рук.

С малыми мячами (резиновый, теннисный и др.)

1. Перекладывание, перебрасывание мяча из одной руки в другую.
2. Подбрасывание мяча двумя руками перед собой, ловля двумя.
3. Подбрасывание мяча перед собой правой (левой) и ловля двумя.
4. Подбрасывание мяча правой, ловля левой и наоборот с постепенным увеличением высоты полета
5. Высокое подбрасывание мяча вверх и перед ловлей, выполнение различных движений (хлопков спереди, сзади, под коленом), поворотов направо, налево, кругом
6. Удары мяча об пол и ловля его двумя руками.
7. То же, но ловля правой (левой) рукой
8. Удары мяча о стену одной рукой и ловля двумя.
9. То же с дополнительным движением перед ловлей мяча: хлопок спереди, сзади, под коленом, поворот кругом.
10. Круговые движения кистями вправо и влево с теннисными мячами в обеих руках.
11. Поочередное подбрасывание мячей и ловля правой, затем левой.
12. Одновременное подбрасывание 2-х мячей и ловля двумя руками после удара мячей об пол.
13. Поочередные удары разными мячами об пол и ловля двумя (мячи для настольного тенниса, каучуковый, резиновый, теннисный).
14. Удары разными мячами о стену.
15. Подбрасывание и перекидывание мячей из одной руки в другую.
16. Подбрасывание правой и ловля правой
17. Подбрасывание левой и ловля левой.
18. Броски мяча в цель с близкого расстояния.
19. Метание в горизонтальную цель (обруч) с дистанций 4–6 м.
20. Метание в цель тремя мячами (пластмассовым, резиновым и теннисным), разными по весу и материалу.
21. То же, но в вертикальную цель (мишень, обруч), расположенную на стене на уровне глаз.

Упражнения на расслабление 1.

1. «Плети». И.п. - стойка произвольная, махи расслабленных рук вправо и влево, как «плети», при небольшой ротации позвоночника
2. «Покажи силу». И.п. – основная стойка, ноги на ширине плеч:

1 - руки в стороны;
2 - руки к плечам, кисти в кулак;
3-4 - максимально напрячь мышцы рук;
1-4 - расслабить мышцы рук – «стряхнуть воду» с пальцев рук

3. «Бабочка». Бег на носках мелкими шагами со взмахом рук по большой амплитуде, как машут крыльями бабочки.
1. «Вертолет». То же, но движения асимметричные: правая вверх – в сторону, левая - вниз - в сторону (со сменой положения).

4. «Балерина». И.п. - основная стойка;

1-2 - встать на носки, руки вверх - наружу, потянуться за руками;
3-4 - дугами в стороны - вниз, расслабленно скрестить руки на груди, голову наклонить вниз.

5. «Обними себя». И.п. – основная стойка;

1 - руки в стороны, вдох;
2-3 - крепко обнять себя за плечи, напрячь мышцы рук, выдох;
4 - руки вниз, расслабленно.

6. «Удивились». И.п. - основная стойка;

1 - поднять плечи, вдох;
2 - опустить плечи, выдох;
3 - поднять плечи, развести руки, вдох;
4 - опустить плечи, и.п., выдох.

Темп медленный. После 6-8 повторений расслабить мышцы плечевого пояса.

7. И.п. - стойка ноги врозь, набивной мяч (1-2 кг) в руках внизу;

1 - руки вверх, прогнуться, посмотреть на мяч, вдох;
2 - в И.п., выдох;
3 - наклоны вперед, прямые руки вперед, посмотреть на мяч, вдох;
4 - и.п., выдох.

Темп медленный. После 5-6 повторений положить мяч, опустить плечи, встряхнуть руки

Дыхательные упражнения.

1. Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, правая рука на груди, левая - на животе - глубокое медленное дыхание через нос
2. Лежа на спине, руки вдоль туловища - глубокий вдох через нос (вдохнули «запах цветка»), медленный выдох через нос
3. Лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги согнуты в коленях - глубокий вдох и выдох
4. То же, с заданным ритмом дыхания: вдох на 3 счета, выдох - на 4 («сдунули одуванчик»)
5. Стоя, руки на пояс - глубокий вдох через нос и выдох через рот, губы трубочкой («погасили свечу»)
6. Сидя на полу, согнув колени, локти упираются в живот, открытые ладони перед собой - глубокий вдох и (длинный выдох «подули на молоко»)
7. Лежа на спине, поднимание рук вверх - вдох, опускание - выдох
8. Сидя на стуле, положив набивной мяч (2 кг) на живот и удерживая его руками, - глубокий вдох, медленный выдох, рот трубочкой.

9. Сидя на стуле, развести руки в стороны - глубокий вдох, на выдохе - наклон вперед, доставая руками носки ног
10. Стоя, руки перед грудью, после глубокого вдоха - на выдохе пружинящие отведения назад рук, согнутых в локтях
11. «Дровосек». Ноги на ширине плеч, руки в замок - глубокий вдох - поднять руки, на выдохе с наклоном резко опустить руки, произнося «У-У-УХ»
12. «Лягушка». Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед с взмахом рук. На взмахе глубокий вдох, во время прыжка - сильный выдох с произнесением звуков КВА
13. Ходьба, руки на поясе с различными вариантами дыхания: на 3 шага - вдох, на 3 шага - выдох; на 4 шага - вдох, на 4 шага - выдох; на 2 шага - вдох, на 3 шага - выдох; на 3 шага - вдох, на 5 шагов - выдох и др.
14. Бег с акцентированным вниманием на дыхание: а) после сильного вдоха через нос, не задерживая дыхания, постепенный выдох на каждый шаг, на четвертом - полный выдох через рот с произнесением звуков «ф-фу»; б) на 4 шага постепенный вдох, на 4 шага - постепенный выдох; в) на 2 шага - вдох, на 4 шага – выдох.
15. Бег с произвольным дыханием, ускорениями, остановками, прыжками и т.п.
16. Бег с ходьбой по дорожкам парка, по пересеченной местности с регулированием частоты и глубины дыхания
17. То же, при передвижении в подвижных и спортивных играх

Задания для самостоятельной работы к Разделу 9

обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученый по высокому и полувысокому мячу, удар слева/справа крученый, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 9:

1. Обучение и совершенствование технике толчка, подрезки, наката, топ-спина, блока, контр-удара.
2. Изучение основных технических приемов, удара слева, удара справа.
3. Изучение удара слева толчком, подача слева толчком, удар справа/слева крученый по высокому и полувысокому мячу, удар слева/справа крученый, наводящий (накат), подача слева/справа крученая, крученая свеча справа/слева.

Подготовка к выполнению контрольных нормативов

№	Наименование технического приема	Количество ударов в серию	Оценка выполнения
1	Накат справа (слева) по диагонали	20 и более От 15 до 20	Хорошо удовлетворительно
2	Сочетание наката справа и слева в правый (левый) угол	20 и более От 15 до 20	Хорошо удовлетворительно
3	Откидка слева со всего стола (количество ошибок за 3 мин.)	5 и менее от 5 до 8	Хорошо удовлетворительно
4	Сочетание откидок справа и слева (количество ошибок за 3 мин.)	5 и менее от 5 до 8	Хорошо удовлетворительно
5	Подачи справа (слева) накатом	8 6	Хорошо удовлетворительно
6	Подачи справа (слева) откидкой (подрезкой)	9 7	Хорошо удовлетворительно

Количество попаданий в серии из 10 подач

П.2.4. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Легкая атлетика



Оздоровительная ходьба

Недостаточная двигательная активность приводит к снижению функциональных возможностей людей и ослаблению сопротивляемости организма.

Для поддержания хорошего самочувствия и обеспечения оздоровительного эффекта в физической культуре широко используется оздоровительная ходьба

Для нормального функционирования человеческого организма и сохранения здоровья необходима определенная доза двигательной активности.

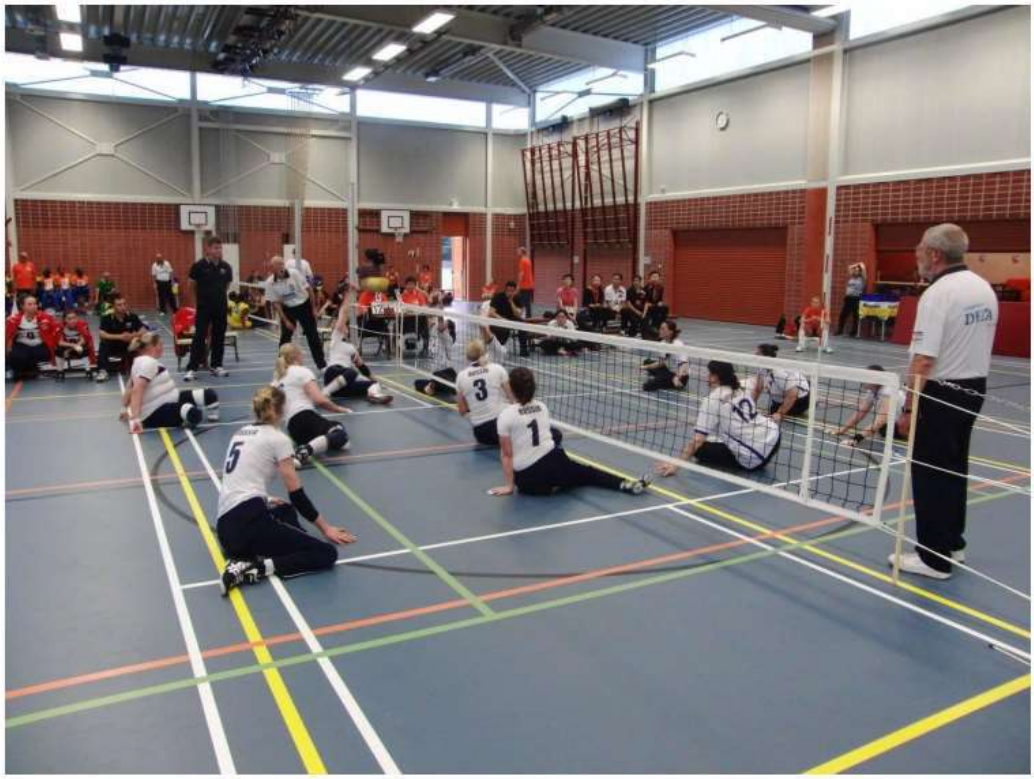


Оздоровительная ходьба - оптимальное начало здорового образа жизни.

Оздоровительная ходьба – самый простой, доступный и бесплатный способ укрепить своё здоровье. Она идеально подходит для всех возрастов и не имеет противопоказаний.

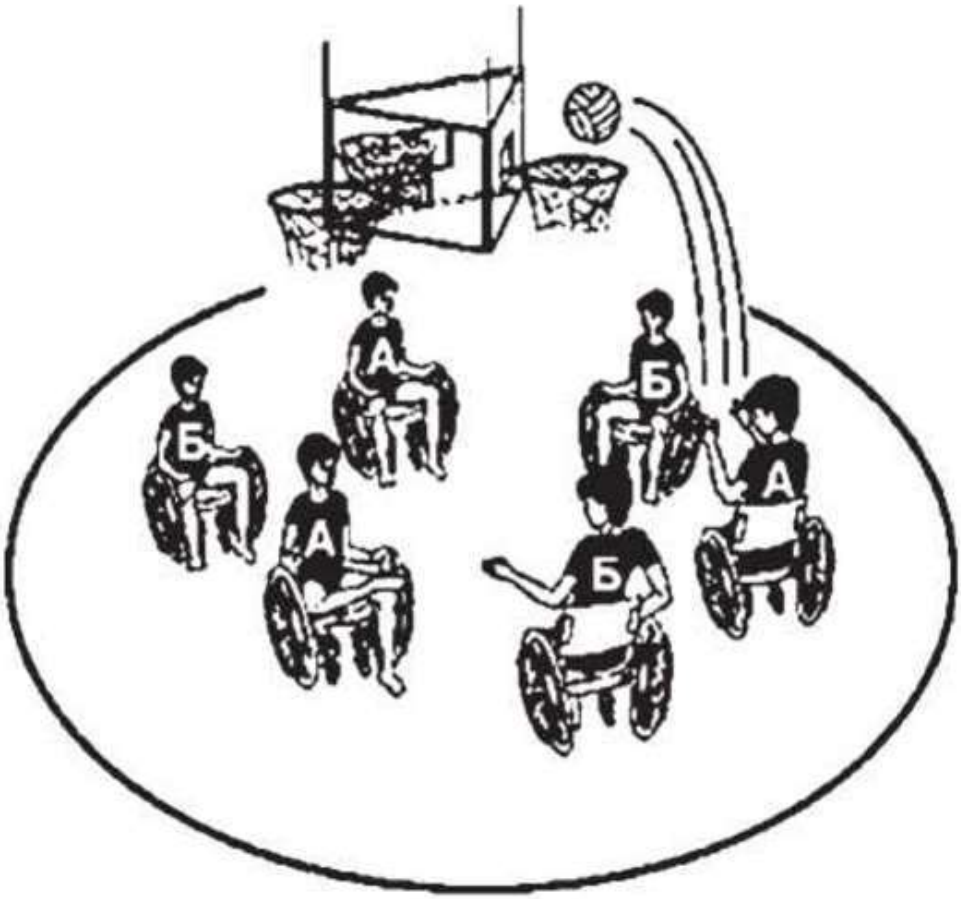


РАЗДЕЛ 2. **Занятия избранным видом адаптивного спорта**








А
Б
А
Б
Б
А



РАЗДЕЛ 3. **Оздоровительные игры**

Гигиена, закаливание и режим при занятиях дартс

Общие сведения о гигиене и санитарии. Уход за телом (кожей), полостью рта, зубами. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение правильного режима дня. Значение и основные правила закаливания.

Основы техники дартс

Элементы техники дартс. Виды позиций для броска. Хватка дротика. Работа руки при броске. Значение однообразия действий, самопроверка. Ошибки, допускаемые при броске.

Правила игр

Правила игр: «3+9», «Набор очков», «Большой раунд», «Быстрый раунд», «Крикет», «101», «301», «501», «Раунд по удвоениям».

Правила соревнований

Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к организации и проведению соревнований. Виды соревнований. Характер соревнований. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Состав судейской коллегии и обязанности судей. Понятие о лэгах и сетах. Подсчет очков в играх «501» и «301». Определение победителя. Правила соревнований.



Шашки для слепых и слабовидящих

Современное название игры «шашки» (checkers) появилось от слова, обозначающего шахматную доску — «checkered» — что в переводе означает «клетчатый».

Шашки — игра на 64- (русские шашки) или 100-клеточной (международные шашки) доске для двух партнеров, у каждого по 12 (русские шашки) или по 20 (международные шашки) фишек, также называемых шашками.

Интеллектуальная игра «Шашки» является одним из наиболее распространенных видов спорта во всем мире. Этой старинной, подлинно народной игре, посвящают свой досуг миллионы людей различных возрастов и профессий. Игра в шашки вырабатывает объективность мышления, тренирует память, воспитывает настойчивость, смекалку, трудолюбие, целеустремленность, точный расчет, формирует характер, зарождает в человеке творческое начало. Игра в шашки помогает человеку быстрее адаптироваться к окружающему миру. Эта игра развивает память и усидчивость, способность предвидеть и находить нестандартные решения.

При обучении слепых и слабовидящих игре в шашки и правилам участия их в соревнованиях по интеллектуальным видам спорта используются специальные адаптированные доски для игры, фигуры с тактильными обозначениями цвета. Черные поля на шашечной доске приподняты по отношению к белым так, что каждая шашка находится как бы в ячейке. Это позволяет незрячим свободно обследовать положение шашек на доске, не боясь их сдвинуть. Белые шашки от черных на ощупь отличаются. Поверхность черных снабжена выпуклым ободом, в результате чего в центре образуется маленький гладкий круг. Шашки белого цвета никакого ободка не имеют, и на ощупь их поверхность воспринимается как гладкий круг. Такие шашки позволяют слепому играть с любым партнером.



РАЗДЕЛ 4. Подвижные игры и эстафеты







Ходы шахматных фигур

Шахматная нотация

Для того чтобы играть в шахматы, необходимо знать, как передвигаются фигуры по шахматной доске. В начале игры всего на шахматной доске 32 фигуры. У каждого игрока по 16:

1 король 

1 ферзь 

2 ладьи 

2 коня 

2 слона 

8 пешек 

Как правильно записывать шахматные ходы?

Для записи передвижений фигур по шахматной доске используют шахматную нотацию, придуманную в Арабском халифате. Записывая ход фигуры, ее название сокращают до одной заглавной буквы: ладья обозначается буквой «Л», слон — «С», ферзь — «Ф». Название двух фигур начинается на букву «К» (конь и король), поэтому только одна заглавная буква «К» обозначает коня, а король записывается при помощи двух букв — «Кр». Далее записывается название поля, на котором стояла эта фигура. Через дефис — название поля, куда она сделала ход. Например, король стоял на поле «а2» и пошел на поле «а3». На шахматной нотации этот ход будет записан так: Кра2-а3. Можно использовать так называемую короткую шахматную нотацию и не записывать название поля, на котором фигура стояла, а сразу писать, куда она пошла. Тогда рассмотренный ход королем будет записан как Кра3.

Движение пешек на шахматной доске обозначается только при помощи названий шахматных полей: e2-e4 (это обозначает, что пешка с поля «e2» пошла на поле «e4»).

Давайте потренируемся. Запишите шахматной нотацией передвижения шахматных фигур, показанные на диаграмме 1.



Диаграмма 1

Ладья

В начале игры у каждого из игроков есть 2 ладьи. Ходит эта фигура по прямым линиям (по вертикали или по

НАЧАЛО

ферзь любит свой цвет



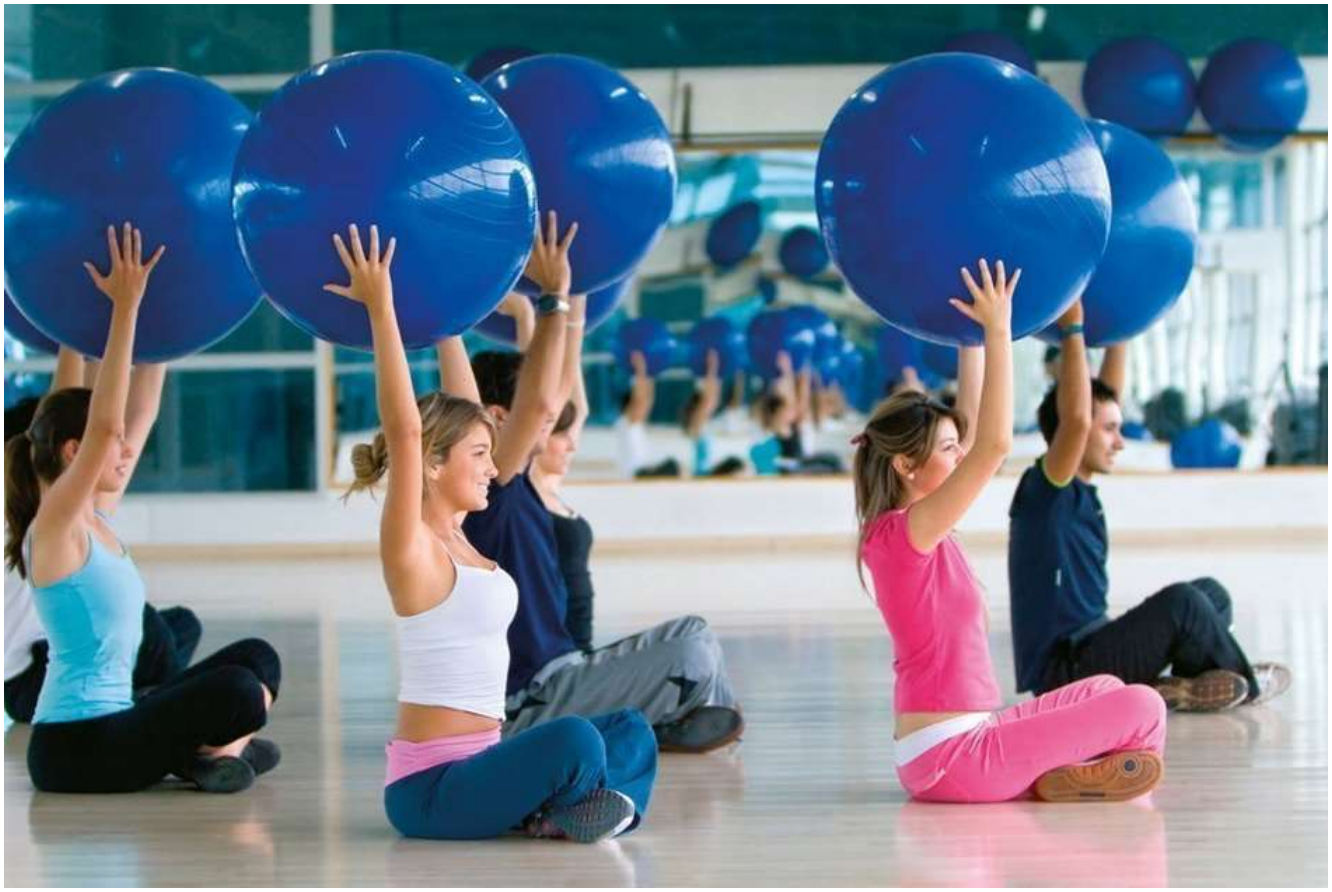
чёрные линия 7, 8

белые линия 1, 2

Начальная позиция: по 8 пешек, две ладьи по краям, затем два коня и два слона. По центру ферзь и король.

РАЗДЕЛ 6. Оздоровительная гимнастика.





РАЗДЕЛ 7. Плавание.

Формы двигательной активности в плавании

Нагрузки **кондиционного плавания** заметно превышают нагрузки, применяемые в оздоровительной тренировке, поэтому они используются для достижения более высокого уровня плавательной подготовленности. К кондиционному плаванию можно отнести и поддержание спортивного долголетия (плавание для «ветеранов»)	**Лечебное (реабилитационное) плавание** отличается от оздоровительного контингентом занимающихся. Им занимаются люди имеющие ухудшение в состоянии здоровья, которое можно исправить с помощью специально подобранных средств используемых в водной среде.	Основными задачами **оздоровительного плавания** являются достижение и поддержание желаемого уровня здоровья, профилактика заболеваний	**Рекреативное плавание** направлено на улучшение физического и психоэмоционального состояния людей. Во время активного отдыха, развлечений и досуга используются средства плавания и купания. Обычно используются самостоятельные занятия нерегулярного характера.	Задачей **спортивной тренировки** (в спорте высших достижений) является демонстрация наивысшего индивидуально доступного результата, требующая многолетних напряженных тренировок.	**Адаптивное плавание** - обучение плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды), совершенствование двигательных способностейи плавательной подготовленности.



РАЗДЕЛ 8. Общая физическая подготовка (оздоровительные формы и виды)

Технология высшего инклюзивного образования инвалидов

Цель - обеспечение такого функционирования ВУЗа, которое создает для всех студентов-инвалидов (независимо от вида и тяжести их инвалидности) равные с остальными студентами возможности доступа к образовательным программам и услугам ВУЗа, а также воспитание у студентов-инвалидов навыков самостоятельного принятия решений, необходимых для их персонального и профессионального развития.

Средства, формы и методики ЛФК

- Основное средство ЛФК — физические упражнения, применяемые в соответствии с задачами лечения, с учетом этиологии, патогенеза, клинических особенностей, функционального состояния организма, общей физической работоспособности.
- Форма лечебной физической культуры — это та организационная форма, в рамках которой применяются средства лечебной физкультуры и осуществляются методы ЛФК.
- Методы (методики) ЛФК по сути, являются задачами ЛФК. В наименовании методики ЛФК указывают то заболевание или патологической состояние, при котором этот метод применяется. Например, «ЛФК при артрозе тазобедренного сустава в форме индивидуальных занятий утренней гимнастикой» или «ЛФК при хронической ишемической болезни сердца в форме группового занятия ЛФК», или «Обучение ходьбе с опорой на трость в форме индивидуального занятия ЛФК».

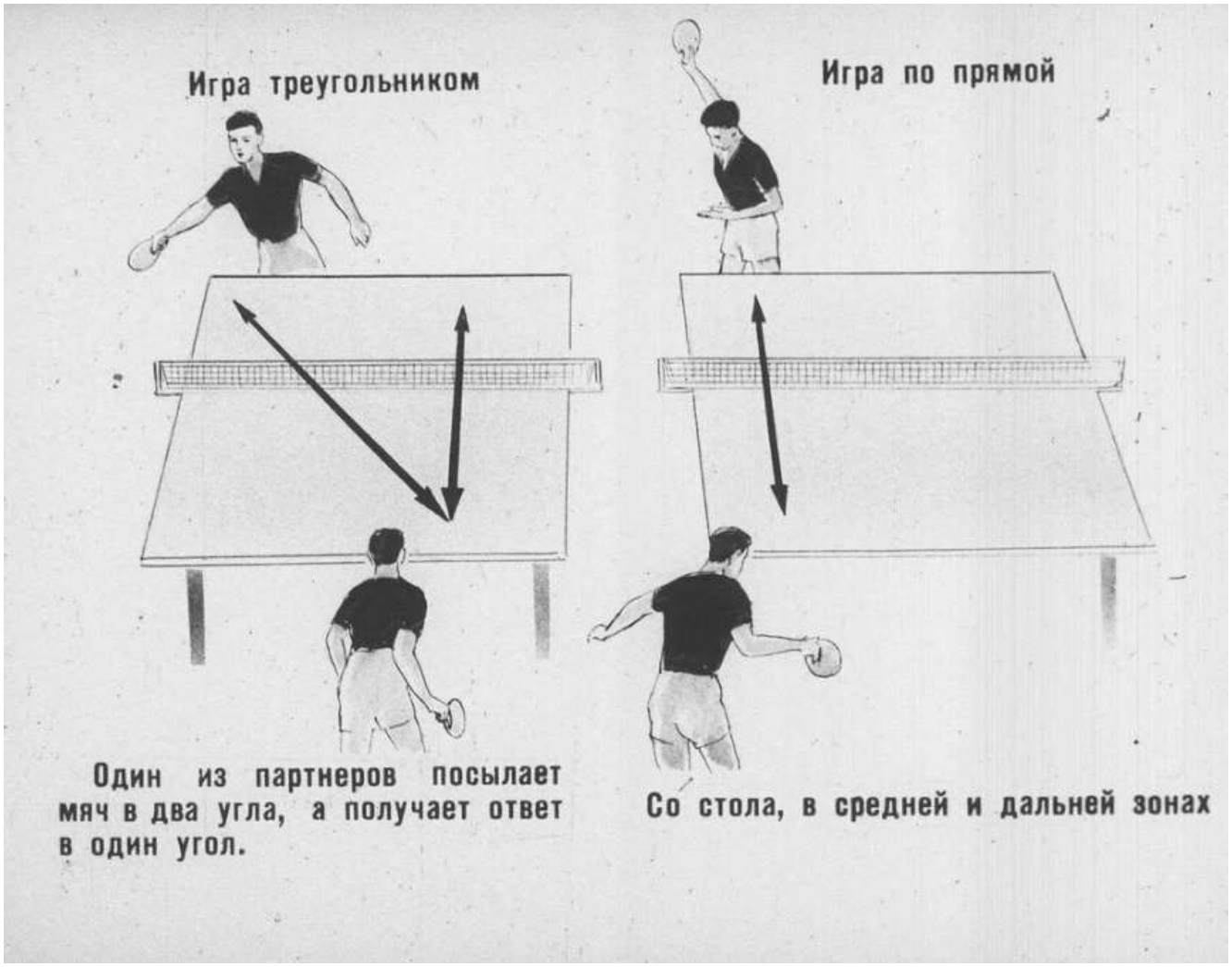



Формирование координационных способностей
Способность к реагированию это способность быстро и точно начать движения соответственно определенному сигналу.
Классификации координационных способностей
Способность к равновесию – это сохранение устойчивого положения тела в условиях разнообразных движений и поз. Различают статическое и динамическое равновесие.
Способность к дифференцированию – это способность к достижению высокой точности и экономичности отдельных частей и фаз движения, а также движения в целом.
Ориентационная способность – это способность к определению и изменению положения тела в пространстве и во времени, особенно с учетом изменяющихся ситуации или движущегося объекта.
Ритмическая способность – это способность определять и реализовывать характерные динамические изменения в процессе двигательного акта.

РАЗДЕЛ 9. Настольный теннис.

ПРАВИЛА ИГРЫ

- Определения
- В правилах настольного тенниса есть следующие определения:
- «Розыгрыш» — период времени, когда мяч находится в игре
- «Мяч в игре» считается с последнего момента нахождения его на неподвижной ладони свободной кисти перед намеренным подбрасыванием его в подаче до тех пор, пока не будет решено, что розыгрыш следует переиграть или он завершён присуждением очка
- «Переигровка» — розыгрыш, результат которого не засчитан
- «Очко» — розыгрыш, результат которого засчитан
- Игрок «ударяет» мяч, если он касается мяча в игре своей ракеткой, держа её в руке, или своей рукой с ракеткой ниже запястья
- «Подающий» — игрок, который должен первым ударить по мячу в розыгрыше
- «Принимающий» — игрок, который должен вторым ударить по мячу в розыгрыше


Игра треугольником
Игра по прямой
Один из партнеров посылает мяч в два угла, а получает ответ в один угол.
Со стола, в средней и дальней зонах

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПСИХОЛОГИЯ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.05 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным

справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных

используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или

практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия 1:

Предмет и методы психологии: научный подход к изучению психики

Цели занятия:

- Дать студентам понимание психологии как науки, её целей, объекта и методов исследования.
- Рассмотреть ключевые направления психологии и их вклад в развитие дисциплины.
- Научить различать научный и житейский подход к объяснению поведения человека.
- Описать основные методы исследования психики и их ограничения.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, проблемное обучение, дискуссия, анализ кейсов.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы, графики, примеры из реальных исследований.
- **Методические приемы:** постановка проблемных вопросов, сравнительный анализ научных теорий, разбор экспериментальных данных, интерактивное обсуждение.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопрос:
"Почему разные люди по-разному объясняют одни и те же поступки?"
Ответы студентов фиксируются на доске (или в презентации) и классифицируются на **обыденные объяснения** (настроение, характер, воспитание) и **научные подходы** (когнитивные схемы, социальные нормы, нейрофизиологические процессы).

После этого преподаватель подводит аудиторию к тому, что психология как наука изучает поведение и психику **систематически**, используя строгие методы.

---

1. Определение психологии как науки (10 минут)

Психология – это наука, изучающая **психические процессы, поведение, сознание и бессознательное**.
Она охватывает три уровня анализа:

1. **Биологический уровень** – влияние мозга, гормонов, генетики.
2. **Психологический уровень** – когнитивные процессы, эмоции, мотивация.
3. **Социальный уровень** – влияние общества, культурных норм, межличностных взаимодействий.

Сравнение научной и житейской психологии (оформляется в виде таблицы)

Критерий	**Житейская психология**	**Научная психология**

Основной источник знаний	Личный опыт, интуиция, стереотипы	Научные исследования, эксперименты
Метод проверки	Субъективные наблюдения	Стандартизированные процедуры
Гибкость в изменении знаний	Склонность к подтверждению своих убеждений	Постоянная проверка и уточнение гипотез
Надёжность	Часто основана на ошибочных предположениях	Оперирует фактами, подтверждёнными исследованиями

Преподаватель задаёт вопрос: *«Какие житейские объяснения поведения вы встречали?»*
После нескольких ответов студентов приводит примеры распространённых мифов:

- «Люди используют только 10% мозга».
- «Левополушарные люди логики, а правополушарные — творцы».
- «Можно определить личность человека по типу лица».

Все эти идеи **научно не подтверждены**, что подчеркивает необходимость строгого подхода в психологии.

---

2. Основные направления в психологии (20 минут)

Различные школы психологии объясняют поведение по-разному. Рассмотрим их кратко.

Направление	**Основные идеи**	**Основные представители**
Структурализм	Анализ структуры сознания, изучение элементов восприятия	Вильгельм Вундт
Функционализм	Исследование функций психики для адаптации	Уильям Джеймс
Психоанализ	Бессознательные мотивы, роль детства	Зигмунд Фрейд
Бихевиоризм	Изучение поведения без анализа сознания	Джон Уотсон, Б. Ф. Скиннер
Гуманистическая психология	Личностный рост, саморазвитие	Карл Роджерс, Абрахам Маслоу
Когнитивная психология	Исследование мышления, памяти, внимания	Ульрик Нейссер
Биологическая психология	Влияние мозга и нервной системы на поведение	Роджер Сперри

Пример анализа: *«Как разные направления объясняют тревогу?»*

- **Фрейд**: тревога — результат внутренних конфликтов.
- **Бихевиористы**: тревога — результат условных рефлексов.
- **Когнитивные психологи**: тревога связана с иррациональными мыслями.

- **Биологическая психология**: тревога вызвана нарушениями в работе нейромедиаторов.

Преподаватель предлагает студентам обсудить: *«Какая из концепций вам кажется наиболее убедительной?»*

---

3. Методы исследования в психологии (20 минут)

Научные методы в психологии делятся на:

1. **Наблюдение** – изучение поведения в естественной среде (пример: наблюдение за школьниками в классе).
2. **Эксперимент** – проверка гипотез с контролем переменных (пример: изучение влияния стресса на память).
3. **Корреляционный метод** – выявление связи между переменными (пример: связь между уровнем стресса и успеваемостью).
4. **Опросы и интервью** – сбор данных о субъективных переживаниях.
5. **Физиологические методы** – изучение активности мозга (ЭЭГ, фМРТ).

Пример:
Эксперимент Милгрэма (1963) – исследование **подчинения авторитету**.

- Люди готовы подчиняться даже аморальным приказам, если ответственность лежит на авторитете.
- Вопрос студентам: *«Как вы думаете, могли бы такие результаты быть получены сегодня?»*

Заключение лекции (5 минут)

1. Итоговый вопрос: *«Как можно применять научные знания психологии в повседневной жизни?»*
2. Обобщение: отличие научного и житейского подходов.
3. Вопросы для студентов по пройденному материалу.
4. Подготовка к следующей лекции: *Теории личности в психологии.*

Тема лекционного занятия 2.

Теории личности в психологии: от классики к современности

Цели занятия:

- Рассмотреть основные теории личности и их подходы к объяснению индивидуальных различий.
- Развить у студентов способность анализировать личность через призму различных теорий.
- Обсудить сильные и слабые стороны классических и современных концепций личности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, дискуссионный, кейс-метод, сравнительный анализ.
- **Средства:** презентация, схемы и таблицы, анализ реальных кейсов.
- **Методические приемы:** проблемные вопросы, работа в парах, обсуждение биографий известных личностей через призму различных теорий.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Почему люди такие разные? Можно ли предсказать поведение человека, зная его личностные характеристики?"

Обсуждаются возможные ответы, после чего преподаватель делает вывод:
Личность — это сложный конструкт, который изучается в разных психологических теориях.

---

1. Определение личности и подходы к её изучению (10 минут)

- Личность — это **совокупность устойчивых психологических характеристик, определяющих поведение человека в различных ситуациях**.
- Основные подходы к изучению личности:
    1. **Биологический** (влияние генетики, нервной системы, гормонов).
    2. **Психодинамический** (внутренние конфликты и бессознательное).
    3. **Гуманистический** (саморазвитие, свобода выбора).
    4. **Когнитивный** (системы убеждений, самооценка, схема мышления).
    5. **Социально-когнитивный** (влияние среды, обучения, ролевых моделей).

Пример: Как разные подходы объясняют лидерские качества?

- **Биологический**: генетическая предрасположенность.
- **Психодинамический**: лидерство как компенсация внутренних конфликтов.

- **Гуманистический**: стремление к самореализации.
- **Социально-когнитивный**: влияние среды, воспитания, обучения.

---

2. Классические теории личности (20 минут)

Преподаватель рассматривает **три ключевых подхода**.

Теория	Основные идеи	Основные представители
Психоаналитическая	Личность формируется под влиянием бессознательных конфликтов	Зигмунд Фрейд, Карл Юнг, Альфред Адлер
Бихевиористская	Личность — это набор усвоенных поведенческих реакций	Джон Уотсон, Б. Ф. Скиннер
Гуманистическая	Личность стремится к самореализации	Карл Роджерс, Абрахам Маслоу

Психоаналитическая теория (Фрейд, Юнг, Адлер)

- **Фрейд**: личность состоит из **Оно, Я, Сверх-Я**, её развитие проходит психосексуальные стадии.
- **Юнг**: концепция **коллективного бессознательного и архетипов**.
- **Адлер**: центральное место в развитии личности занимает **комплекс неполноценности**.

Бихевиористский подход (Уотсон, Скиннер)

- Личность — это **набор усвоенных реакций на стимулы**.
- Эксперименты Скиннера: поведение можно изменить с помощью **наказания и подкрепления**.

Гуманистическая психология (Роджерс, Маслоу)

- Человек стремится к **самоактуализации**.
- **Маслоу**: иерархия потребностей, где личностный рост — высший уровень развития.
- **Роджерс**: идея **«Я-концепции»** и безусловного принятия личности.

---

3. Современные концепции личности (15 минут)

В отличие от классических подходов, современные теории больше опираются на **эмпирические исследования**.

Теория	Основные идеи	Основные представители
Теория черт личности	Личность — это устойчивые черты, измеримые через тесты	Ганс Айзенк, Рэймонд Кеттелл

Модель "Большой пятерки"	Пять основных черт личности: открытость, добросовестность, экстраверсия, приятность, невротизм	Пол Коста, Роберт МакКрей
Социально-когнитивная теория	Личность развивается через взаимодействие с окружающей средой	Альберт Бандура

Пример:

- Как «Большая пятёрка» может предсказать успех в профессии?
- Как социальное моделирование влияет на формирование личности у детей?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какая теория личности кажется вам наиболее точной?»*
2. Итоговый вывод: **каждая теория личности объясняет поведение по-разному, но вместе они дают целостное понимание индивидуальных различий**.
3. Подготовка к следующей лекции: *Познавательные процессы: восприятие, память, мышление.*

Тема лекционного занятия 3.

Познавательные процессы: восприятие, память, мышление

Цели занятия:

- Дать студентам понимание познавательных процессов и их роли в обработке информации.
- Рассмотреть ключевые механизмы восприятия, памяти и мышления.
- Познакомить студентов с современными исследованиями в области когнитивной психологии.
- Развить способность анализировать и применять знания о когнитивных процессах в профессиональной деятельности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, проблемное обучение, работа с примерами и экспериментальными данными.
- **Средства:** презентация, схемы, графики, видеофрагменты с когнитивными экспериментами.
- **Методические приемы:** постановка проблемных вопросов, анализ экспериментов, демонстрация когнитивных эффектов, работа в группах.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Почему люди по-разному воспринимают одну и ту же ситуацию?"

Обсуждаются возможные ответы (опыт, эмоции, знания), после чего преподаватель делает вывод:
Познавательные процессы — это механизмы, с помощью которых человек воспринимает, обрабатывает, запоминает и интерпретирует информацию.

---

1. Восприятие как познавательный процесс (15 минут)

Восприятие – это процесс обработки сенсорной информации, обеспечивающий понимание окружающего мира.

Основные свойства восприятия:

- **Предметность** – восприятие объектов как целостных единиц.
- **Константность** – устойчивость восприятия независимо от условий (например, мы воспринимаем яблоко как красное даже при слабом освещении).

- **Целостность** – восприятие не отдельных элементов, а их комбинаций (например, лицо воспринимается как единый образ, а не совокупность глаз, носа и рта).

Принципы гештальт-психологии (оформляется в виде таблицы)

Принцип	**Описание**	**Пример**
Фигура и фон	Объекты воспринимаются на фоне окружающей среды	Оптические иллюзии
Принцип близости	Элементы, расположенные рядом, воспринимаются как группа	Группировка точек на рисунке
Принцип замыкания	Склонность дополнять незавершенные фигуры	Восприятие пунктирной линии как цельной
Принцип непрерывности	Мы предпочитаем воспринимать линии как плавные, а не прерывистые	Иллюзия продолжения линий

Пример:
Преподаватель показывает известную иллюзию «Ваза Рубина» – студенты видят либо лицо, либо вазу.

Вопрос аудитории: *Как принципы гештальт-психологии проявляются в повседневной жизни (например, в рекламе, дизайне, искусстве)?*

---

2. Память: виды и механизмы (20 минут)

Память – процесс кодирования, хранения и воспроизведения информации.

Основные типы памяти:

Тип памяти	**Описание**	**Пример**
Сенсорная	Хранит мгновенные впечатления от органов чувств	Образ вспышки света
Кратковременная (оперативная)	Ограниченный объём информации на короткий срок	Запоминание номера телефона на несколько секунд
Долговременная	Долговременное хранение информации	Воспоминания о детстве

Ключевые процессы памяти:

1. **Кодирование** – перевод информации в удобный для хранения формат.
2. **Хранение** – удерживание информации в течение определённого времени.
3. **Воспроизведение** – восстановление информации из памяти.

Пример:
Преподаватель предлагает студентам запомнить список слов, а затем проверить, какие из них лучше вспомнились (эффект первичности и новизны).

Проблемный вопрос: *Почему мы помним некоторые события из детства, но забываем, что ели на завтрак вчера?*

3. Мышление: когнитивные процессы и эвристики (20 минут)

Мышление – процесс переработки информации и принятия решений.

Основные виды мышления:

Вид мышления	**Описание**	**Пример**
Конвергентное	Логическое мышление, поиск единственно верного решения	Решение математической задачи
Дивергентное	Творческое мышление, поиск множества решений	Придумывание новых идей
Наглядно-действенное	Основано на манипуляции с предметами	Сборка конструктора
Абстрактно-логическое	Оперирует символами и понятиями	Теоретические рассуждения

Эвристики и когнитивные искажения
Человеческое мышление подвержено **систематическим ошибкам**.

Искажение	**Описание**	**Пример**
Эффект якоря	Первая полученная информация влияет на последующие решения	Цена, указанная первой, кажется более разумной
Ошибка подтверждения	Склонность искать подтверждение своим убеждениям	Человек замечает только факты, подтверждающие его мнение
Иллюзия контроля	Люди переоценивают свою способность контролировать события	Игроки в лотерею верят, что выбор номера увеличивает шансы на победу

Пример:
Преподаватель предлагает студентам решить логическую задачу, в которой большинство делает ошибку из-за когнитивного искажения.

Дискуссия: *Как когнитивные искажения влияют на принятие решений в повседневной жизни?*

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какая из когнитивных функций кажется вам наиболее важной? Почему?»*
2. Итоговый вывод: **восприятие, память и мышление – ключевые процессы, которые определяют нашу картину мира**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Почему гештальт-принципы важны для восприятия?
    - В чём разница между кратковременной и долговременной памятью?

- Как когнитивные искажения могут мешать принятию решений?

4. Подготовка к следующей лекции: *Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения.*

Тема лекционного занятия 4.

Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными положениями транзактного анализа (ТА) Эрика Берна.
- Рассмотреть понятие **эго-состояний** и их роль в коммуникации.
- Изучить типы транзакций и их влияние на межличностное взаимодействие.
- Разобрать концепцию психологических игр и сценариев общения.
- Развить способность анализировать и корректировать коммуникационные модели в профессиональной и личной сфере.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, групповая работа, моделирование ситуаций.
- **Средства:** презентация, схемы и таблицы, интерактивное обсуждение, ролевые упражнения.
- **Методические приемы:** разбор реальных диалогов, анализ конфликтных ситуаций, упражнения на распознавание эго-состояний.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Почему иногда разговор идёт гладко, а иногда приводит к конфликту, даже если собеседники не хотели этого?"

После обсуждения преподаватель вводит понятие **транзактного анализа (ТА)** – психологического подхода, который объясняет, как люди взаимодействуют друг с другом, используя различные **эго-состояния**.

---

1. Основные положения транзактного анализа (15 минут)

Транзактный анализ – это метод исследования и коррекции межличностных отношений, разработанный Эриком Берном.
Основные идеи:

- Личность представлена тремя **эго-состояниями**.
- Общение между людьми происходит через **транзакции**.
- Взаимодействие может носить конструктивный или деструктивный характер.

Эго-состояния (оформляется в виде таблицы)

Эго-состояние	**Характеристика**	**Примеры фраз**
Родитель	Нормы, правила, контроль, забота	«Ты должен делать так!», «Это опасно!»
Взрослый	Логика, анализ, объективность	«Какие у нас есть варианты?», «Каковы факты?»
Ребёнок	Эмоции, спонтанность, импульсивность	«Я не хочу!», «Ой, как здорово!»

Преподаватель объясняет, что все люди переключаются между этими состояниями в зависимости от ситуации.

Пример:
Один и тот же человек может быть разным в разных ситуациях:

- В разговоре с ребёнком – «Родитель».
- На совещании – «Взрослый».
- На вечеринке – «Ребёнок».

Вопрос студентам:
Как вы думаете, какое эго-состояние доминирует в конфликтных ситуациях?

---

2. Типы транзакций и их влияние на общение (20 минут)

Транзакция – это единица общения, включающая **стимул (обращение)** и **реакцию (ответ)**.

Виды транзакций (оформляется в виде таблицы)

Тип транзакции	**Описание**	**Пример**
Комплементарная	Ответ соответствует ожиданию, разговор идёт гладко	«Как дела?» – «Хорошо, спасибо!»
Пересекающаяся	Ответ неожиданный, возникает напряжение	«Ты сделал отчёт?» – «А ты всегда такой строгий?»
Скрытая	Открытое сообщение не совпадает с подтекстом	«Ты молодец!» (с сарказмом)

Преподаватель приводит примеры диалогов и предлагает студентам определить тип транзакции.

Разбор кейса:
Ситуация:
Менеджер говорит сотруднику: *«Почему ты ещё не закончил этот проект?»*
Ответ сотрудника: *«Ну извините, я что, робот?»*

Вопрос аудитории:
Какую реакцию вызовет такое общение? Как можно изменить коммуникацию, чтобы избежать конфликта?

---

3. Психологические игры и сценарии общения (20 минут)

Психологические игры – это **неосознанные шаблоны общения**, в которых люди получают скрытую выгоду.

Примеры психологических игр (оформляется в виде таблицы)

Название игры	**Описание**	**Пример**
«Почему бы тебе не… да, но»	Один предлагает решение, другой отвергает все варианты	«Ты можешь лучше организовать время.» – «Да, но у меня слишком много работы!»
«Спасатель – Жертва – Преследователь»	Один человек играет три роли в зависимости от ситуации	Родитель решает проблемы подростка вместо него, потом злится, что тот несамостоятельный
«Смотри, что ты заставил меня сделать»	Обвинение в своих ошибках другого	«Я бы сделал вовремя, но ты мне не помог!»

Анализ игры:
Преподаватель предлагает студентам разобрать ситуацию:
Сотрудник регулярно остаётся на работе допоздна, жалуется на усталость, но отказывается от помощи.

Вопрос студентам:
Какая игра тут может быть? Как можно изменить сценарий общения?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Как знание транзактного анализа помогает избегать конфликтов?»*
2. Итоговый вывод: **понимание эго-состояний и типов транзакций позволяет улучшить общение и избежать психологических игр**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие три эго-состояния выделяет Эрик Берн?
    - Чем отличается комплементарная транзакция от пересекающейся?
    - Какие психологические игры наиболее распространены?
4. Подготовка к следующей лекции: *Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика.*

Тема лекционного занятия 5.

Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика

Цели занятия:

- Изучить механизмы эмоциональной регуляции и их влияние на поведение.
- Рассмотреть основные теории мотивации и их роль в регуляции деятельности.
- Развить у студентов способность анализировать собственные эмоциональные и мотивационные процессы.
- Познакомить с практическими методами управления эмоциями и мотивацией.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, практические упражнения, дискуссия.
- **Средства:** презентация, видеоматериалы, раздаточные схемы и таблицы.
- **Методические приемы:** анализ примеров, ролевые ситуации, упражнения по эмоциональной регуляции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос:
"Почему некоторые люди сохраняют спокойствие в сложных ситуациях, а другие быстро выходят из себя?"

После обсуждения студентов преподаватель подводит к теме **эмоционально-мотивационной регуляции поведения**.

---

1. Эмоции и их регуляция (20 минут)

Эмоции – это психофизиологические состояния, возникающие в ответ на значимые события.

Функции эмоций:

- **Адаптивная** (эмоции помогают быстро реагировать на угрозы).
- **Коммуникативная** (эмоции передают информацию другим людям).
- **Мотивационная** (эмоции направляют поведение).

Основные теории эмоций (оформляется в виде таблицы)

Теория	Основные идеи	Основные представители
Теория Джеймса-Ланге	Эмоции возникают как реакция на физиологические изменения	Уильям Джеймс, Карл Ланге
Теория Кэннона-Барда	Эмоции и физиологические изменения происходят одновременно	Уолтер Кэннон, Филип Бард
Когнитивная теория эмоций	Эмоции зависят от оценки ситуации	Ричард Лазарус, Стэнли Шехтер

Пример:
Преподаватель предлагает студентам представить ситуацию: **человек идёт по тёмной улице и слышит шаги позади**.

- **Джеймс-Ланге**: сначала ускоряется пульс, затем возникает страх.
- **Кэннон-Бард**: страх и ускорение пульса возникают одновременно.
- **Лазарус**: сначала анализ ситуации («опасно ли это?»), затем эмоция.

Вопрос студентам:
Какая из этих теорий кажется вам наиболее правдоподобной? Почему?

---

2. Теории мотивации (20 минут)

Мотивация – это процессы, побуждающие человека к действию.

Основные теории мотивации (оформляется в виде таблицы)

Теория	Основные идеи	Основные представители
Иерархия потребностей	Люди удовлетворяют потребности от базовых до высших	Абрахам Маслоу
Теория ожидания	Мотивация зависит от вероятности успеха и ценности результата	Виктор Врум
Теория самодетерминации	Важны автономия, компетентность, вовлечённость	Децци и Райан
Теория оперантного обусловливания	Поведение формируется через подкрепления и наказания	Б. Ф. Скиннер

Пример:
Преподаватель предлагает студентам **оценить свою учебную мотивацию** по теории Маслоу:

- На каком уровне находятся их образовательные потребности?
- Как можно повысить мотивацию к обучению?

Практическое упражнение:
Студенты делятся на группы, анализируют **мотивы учёбы** и предлагают способы их усиления (например, если мотивация внешняя – как сделать её внутренней?).

---

3. Управление эмоциями и мотивацией (15 минут)

Преподаватель объясняет, что успешное поведение зависит не только от эмоций и мотивации, но и от их контроля.

Методы эмоциональной регуляции (оформляется в виде таблицы)

Метод	**Описание**	**Пример применения**
Когнитивная переоценка	Изменение интерпретации события	Рассматривать экзамен не как угрозу, а как шанс показать знания
Контроль триггеров	Избегание ситуаций, вызывающих нежелательные эмоции	Уход из конфликтных ситуаций
Развитие осознанности	Наблюдение за эмоциями без их подавления	Медитация, ведение дневника эмоций
Переключение внимания	Фокус на позитивных аспектах	При стрессе сосредоточиться на успехах

Пример анализа:
Преподаватель показывает видео с эмоциональной реакцией спортсмена, который проиграл соревнование.

- Какие методы он использует, чтобы справиться с эмоциями?
- Как повлияла его мотивация на дальнейшие действия?

Практическое задание:
Студенты анализируют собственные ситуации, когда эмоции мешали достижению цели, и разрабатывают стратегии их контроля.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какой метод управления эмоциями вам показался самым полезным?»*
2. Итоговый вывод: **эмоции и мотивация – ключевые процессы, влияющие на поведение, и их можно осознанно регулировать**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - В чём разница между теориями эмоций Джеймса-Ланге и Кэннона-Барда?
    - Какие основные виды мотивации существуют?
    - Как когнитивная переоценка помогает справляться с эмоциями?
4. Подготовка к следующей лекции: *Структура личности и методы её изучения: обзор MMPI.*

Тема лекционного занятия 6.

Структура личности и методы её изучения: обзор MMPI

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями структуры личности.
- Рассмотреть роль личностных характеристик в поведении и межличностных взаимодействиях.
- Познакомить с **Миннесотским многофазным личностным опросником (MMPI)** и его применением в психодиагностике.
- Развить навыки анализа и интерпретации личностных характеристик.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, сравнительный анализ, работа с примерами, кейс-метод.
- **Средства:** презентация, таблицы, профили личности, анализ кейсов.
- **Методические приемы:** обсуждение реальных примеров, работа с тестовыми профилями, моделирование ситуаций.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Почему одни люди склонны к риску, а другие – осторожны? Можно ли предсказать поведение человека?"

После обсуждения преподаватель подводит аудиторию к изучению **структуры личности** и методов её исследования.

---

1. Понятие личности и её структура (15 минут)

Личность – это совокупность устойчивых характеристик, определяющих поведение человека.

Существуют разные **подходы к структуре личности**:

Подход	**Основная идея**	**Представители**
Психоаналитический	Личность состоит из **Оно, Я, Сверх-Я**	Зигмунд Фрейд
Гуманистический	Личность развивается через стремление к самореализации	Карл Роджерс, Абрахам Маслоу

Черты личности	Личность – это набор устойчивых черт	Ганс Айзенк, Рэймонд Кеттелл
Социально-когнитивный	Личность формируется под влиянием среды	Альберт Бандура

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам **разобрать поведение человека, преодолевающего страх публичных выступлений**, с позиций разных теорий.

Вопрос аудитории:
Какой из подходов, на ваш взгляд, наиболее точно объясняет поведение человека?

---

2. Теория черт личности (20 минут)

Модель «Большой пятёрки» (Big Five) – одна из наиболее известных систем описания личности.

Черта	**Описание**	**Высокий уровень**	**Низкий уровень**
Открытость опыту	Готовность к новому	Любознательность	Консерватизм
Добросовестность	Самоконтроль	Организованность	Импульсивность
Экстраверсия	Социальность	Общительность	Замкнутость
Доброжелательность	Доверие к людям	Альтруизм	Соревновательность
Невротизм	Эмоциональная стабильность	Тревожность	Спокойствие

Преподаватель предлагает студентам **оценить себя по пяти чертам**, а затем обсудить, как эти характеристики проявляются в их жизни.

Практическое задание:
Студенты заполняют **мини-анкету «Большой пятёрки»**, после чего обсуждают, насколько результаты совпадают с их самовосприятием.

---

3. Миннесотский многофазный личностный опросник (MMPI) (20 минут)

MMPI – один из наиболее широко используемых **методов диагностики личности**.

Ключевые особенности MMPI:

- Включает **566 вопросов** (сокращённая версия – 370).
- Основан на **10 клинических шкалах** и **шкалах достоверности**.
- Используется в **клинической, судебной и кадровой психологии**.

Основные шкалы MMPI (оформляется в виде таблицы)

Шкала	**Описание**	**Высокий балл**

Ипохондрия	Тревожность о здоровье	Склонность к соматическим жалобам
Депрессия	Уровень подавленности	Склонность к унынию
Истерия	Демонстративность, эмоциональность	Чувствительность к стрессу
Девиантное поведение	Несоответствие социальным нормам	Импульсивность, поиск новизны
Паранойя	Подозрительность	Склонность к недоверию
Психастения	Склонность к навязчивым состояниям	Высокая тревожность
Шизофрения	Разнообразие атипичных мыслей	Отклонение от нормы мышления
Гипомания	Энергичность, импульсивность	Склонность к возбуждённому состоянию

Пример анализа:
Преподаватель демонстрирует **график профиля MMPI**, объясняя, как интерпретируются результаты.

Кейс:
Психолог проводит диагностику кандидата на ответственную должность. У него высокий балл по шкале тревожности.

- Как это может повлиять на его работу?
- Какие дополнительные методы диагностики могут подтвердить результат?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Как можно применять знания о личности в профессиональной деятельности?»*
2. Итоговый вывод: **изучение структуры личности позволяет глубже понимать поведение людей**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие три уровня личности выделял Фрейд?
    - В чём суть модели «Большой пятёрки»?
    - Как используется MMPI в психологии?
4. Подготовка к следующей лекции: *Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде.*

Тема лекционного занятия 7.

Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с механизмами формирования самооценки.
- Рассмотреть влияние образовательной среды на личностное развитие.
- Изучить роль обратной связи, сравнения с окружающими и социальной идентичности в становлении самооценки.
- Развить способность анализировать факторы, влияющие на самооценку, и методы её коррекции.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, дискуссионный, работа с кейсами, тестирование.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, раздаточные материалы, анализ реальных ситуаций.
- **Методические приемы:** постановка проблемных вопросов, моделирование ситуаций, самоанализ, тестирование уровня самооценки.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопрос:
"Как вы оцениваете себя как личность? Что на это влияет?"

После обсуждения преподаватель делает вывод: **самооценка формируется в процессе социализации и является важным фактором личностного развития**.

---

1. Понятие самооценки и её структура (15 минут)

Самооценка – это субъективное представление человека о себе, основанное на личном опыте, обратной связи от окружающих и внутренних установках.

Компоненты самооценки (оформляется в виде таблицы)

Компонент	**Описание**
Когнитивный	Представления человека о себе (сильные и слабые стороны, способности)
Эмоциональный	Чувства, связанные с восприятием себя (уверенность, сомнение, тревожность)

Поведенческий	Реализация самооценки в поступках (настойчивость, избегание сложных ситуаций)

Преподаватель предлагает студентам проанализировать свой уровень самооценки:

- В каких ситуациях они уверены в себе?
- Когда испытывают сомнения?

Вопрос аудитории:
Как самооценка влияет на достижения в обучении и профессии?

---

2. Факторы формирования самооценки (20 минут)

Основные источники самооценки:

1. **Обратная связь от окружающих** – похвала и критика формируют восприятие себя.
2. **Социальное сравнение** – восприятие себя через призму достижений других людей.
3. **Личный опыт успехов и неудач** – накапливаемые достижения или неудачи.
4. **Культурные и семейные ценности** – социальные установки на успех.

Преподаватель предлагает студентам **разобрать кейсы влияния обратной связи на самооценку**.

Пример:
Учитель говорит ученику:

- *«Ты глупый, математика тебе не даётся».*
- *«Ты можешь добиться успеха, если постараешься».*

Как разные формулировки могут повлиять на самооценку и дальнейшую мотивацию?

---

3. Влияние образовательной среды на самооценку (20 минут)

Образовательная среда играет ключевую роль в развитии личности.

Фактор образовательной среды	**Влияние на самооценку**
Стиль преподавания	Поддержка развивает уверенность, жёсткая критика – неуверенность
Система оценивания	Адекватная оценка мотивирует, завышенные или заниженные оценки могут вызывать стресс
Социальные отношения в группе	Дружеские отношения способствуют позитивной самооценке
Уровень требований	Оптимальный уровень способствует развитию, чрезмерные – вызывают тревожность

Преподаватель предлагает студентам оценить свою образовательную среду:

- Какие аспекты их мотивируют?
- Что может вызывать стресс и снижать самооценку?

Практическое задание:
Студенты работают в группах и **разрабатывают рекомендации** для образовательных учреждений по созданию среды, способствующей формированию позитивной самооценки.

---

4. Коррекция и развитие здоровой самооценки (15 минут)

Самооценка **не является фиксированной** – её можно корректировать.

Методы коррекции (оформляется в виде таблицы)

Метод	**Описание**
Рациональный анализ убеждений	Осознание и переоценка негативных установок
Постановка достижимых целей	Разделение больших целей на малые шаги
Формирование позитивного внутреннего диалога	Осознанный переход от самокритики к поддержке
Развитие эмоциональной устойчивости	Работа с тревожностью и принятием неудач
Работа с обратной связью	Развитие навыков адекватного восприятия критики

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам представить ситуацию:
«Вы провалили важный экзамен. Как отреагировать?»

- **Негативный сценарий:** «Я неспособен учиться, это бессмысленно».
- **Здоровый сценарий:** «Мне нужно проанализировать ошибки и лучше подготовиться в следующий раз».

Практическое задание:
Студенты **анализируют свои недавние неудачи**, оценивают, какие установки повлияли на их самооценку, и разрабатывают **стратегию корректировки восприятия себя**.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие из методов коррекции самооценки вам показались наиболее полезными?»*
2. Итоговый вывод: **самооценка – это динамическая характеристика, на которую можно влиять**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие факторы формируют самооценку?
    - Как образовательная среда влияет на личностное развитие?

- Какие методы помогают скорректировать заниженную самооценку?

4. Подготовка к следующей лекции: *Психология стресса и выгорания: механизмы и способы саморегуляции.*

Тема лекционного занятия 8.

Психология стресса и выгорания: механизмы и способы саморегуляции

Цели занятия:

- Изучить понятие стресса и его влияние на организм и психику.
- Рассмотреть физиологические и психологические механизмы стресса.
- Изучить феномен профессионального выгорания и его причины.
- Познакомить студентов с методами саморегуляции и профилактики стресса.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, работа с кейсами, групповая дискуссия, практические упражнения.
- **Средства:** мультимедийная презентация, раздаточные материалы, тесты на стрессоустойчивость.
- **Методические приемы:** анализ жизненных ситуаций, моделирование стрессовых сценариев, упражнения на релаксацию.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Как вы реагируете на стресс? Какие факторы вызывают у вас напряжение?"

После обсуждения преподаватель делает вывод: **стресс – это естественная реакция организма, но его последствия зависят от умения управлять своими эмоциями и психофизиологическими процессами**.

---

1. Понятие стресса и его механизмы (15 минут)

Стресс – это состояние организма, возникающее в ответ на сложные или угрожающие условия.

Этапы развития стресса (оформляется в виде таблицы)

Этап	**Описание**	**Пример**
Реакция тревоги	Активация организма, выброс адреналина	Испуг перед экзаменом

Стадия сопротивления	Адаптация к стрессору, мобилизация ресурсов	Концентрация на решении проблемы
Стадия истощения	Упадок сил, потеря устойчивости	Длительное переутомление, хронический стресс

Преподаватель объясняет, что **не каждый стресс вреден**.

- **Эустресс** – полезный стресс, мобилизующий ресурсы.
- **Дистресс** – разрушительный стресс, истощающий организм.

Пример:
Студенты обсуждают разницу между стрессом перед важным экзаменом (эустресс) и хроническим напряжением на нелюбимой работе (дистресс).

---

2. Физиологические и психологические реакции на стресс (15 минут)

Физиологические реакции:

- Учащение сердцебиения, повышение давления.
- Ускоренное дыхание, напряжение мышц.
- Выброс гормонов стресса (кортизол, адреналин).

Психологические реакции:

- Повышенная тревожность, раздражительность.
- Снижение концентрации внимания.
- Депрессия, апатия.

Преподаватель предлагает студентам **проанализировать свои реакции на стрессовые ситуации**.

Практическое задание:
Студенты заполняют **мини-тест на уровень стресса**, после чего обсуждают свои результаты в парах.

---

3. Профессиональное выгорание (20 минут)

Выгорание – это состояние **эмоционального, физического и умственного истощения**, возникающее из-за хронического стресса.

Симптомы выгорания (оформляется в виде таблицы)

Симптом	**Проявления**
Эмоциональное истощение	Постоянное чувство усталости, безразличие
Деперсонализация	Безразличие к работе, циничное отношение
Снижение профессиональной эффективности	Потеря мотивации, снижение продуктивности

Преподаватель объясняет, что **выгорание чаще всего встречается в профессиях с высокой эмоциональной нагрузкой** (педагоги, врачи, психологи).

Кейс:
Педагог, работающий с трудными подростками, через несколько лет теряет интерес к своей работе, становится раздражительным и безразличным.

- Каковы возможные причины этого состояния?
- Какие методы помогут ему восстановить ресурсное состояние?

Вопрос аудитории:
Как можно предотвратить выгорание в профессиональной деятельности?

---

4. Методы саморегуляции и профилактики стресса (20 минут)

Преподаватель объясняет, что стресс **можно контролировать** с помощью психологических техник.

Основные методы (оформляется в виде таблицы)

Метод	**Описание**	**Пример применения**
Когнитивная реструктуризация	Изменение негативного мышления	Замена «Я не справлюсь» на «Я подготовился и справлюсь»
Дыхательные техники	Контроль дыхания для расслабления	Метод «4-7-8» (вдох 4 секунды, задержка 7, выдох 8)
Физическая активность	Снижение стресса через движение	Йога, пробежки, танцы
Метод «заземления»	Фокусировка на настоящем моменте	Осознанное наблюдение за окружающей средой

Преподаватель предлагает студентам выполнить **упражнение на осознанное дыхание** и проанализировать своё состояние после него.

Практическое задание:
Студенты выбирают **метод управления стрессом** и составляют **личный план профилактики стресса**.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какой метод саморегуляции вам показался наиболее полезным?»*
2. Итоговый вывод: **стресс – естественная часть жизни, но его последствия зависят от нашего отношения и способов управления им**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие стадии проходит организм в ответ на стресс?
    - В чём разница между эустрессом и дистрессом?
    - Как можно предотвратить профессиональное выгорание?

4. Подготовка к следующей лекции: *Психологические аспекты формирования и развития лидерства.*

Тема лекционного занятия 9.

Социальная психология: влияние группы на индивидуальное поведение

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями социальной психологии.
- Изучить механизмы социального влияния: конформность, подчинение, групповое давление.
- Рассмотреть феномены диффузии ответственности и эффекта социальной лености.
- Развить способность анализировать влияние группы на личные решения и поведение.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, моделирование групповых процессов.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, ролевые игры.
- **Методические приемы:** разбор классических экспериментов, групповая дискуссия, практическое тестирование социального влияния.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопросы:
"Вы когда-нибудь принимали решение не так, как хотели, из-за давления окружающих?"
"Почему люди ведут себя иначе в группе, чем в одиночку?"

После обсуждения преподаватель объясняет, что **социальная психология изучает, как присутствие других людей влияет на мысли, чувства и поведение индивида**.

---

1. Основные механизмы социального влияния (15 минут)

Социальное влияние — это процесс изменения поведения под воздействием окружающих.

Форма влияния	**Описание**	**Пример**
Конформность	Человек изменяет своё мнение или поведение, подстраиваясь под группу	Одежда, манеры речи в разной среде

Подчинение	Выполнение указаний или требований авторитета	Подчинение приказу начальника
Социальное доказательство	Люди принимают решения, ориентируясь на действия большинства	Выбор ресторана с самой длинной очередью

Классический эксперимент Соломона Аша (1951):

- Участникам показывали три линии разной длины и просили выбрать такую же, как образец.
- 75% участников **ошибались сознательно**, следуя за неправильными ответами группы.
- **Вывод:** большинство людей склонны **конформно подчиняться мнению окружающих, даже если оно явно ошибочно**.

Вопрос студентам:
Как конформность проявляется в соцсетях и повседневной жизни?

---

2. Влияние группы на поведение: основные феномены (20 минут)

1. **Эффект социальной фасилитации**
    - Наличие других людей **усиливает** выполнение лёгких задач, но **снижает эффективность** сложных.
    - **Пример:** спортсмены показывают лучшие результаты при зрителях.
2. **Социальная леность**
    - Чем больше людей в группе, тем меньше усилий прилагает каждый.
    - **Эксперимент Рингельмана:** люди тянут канат слабее в группах, чем поодиночке.
3. **Диффузия ответственности**
    - Люди реже помогают в присутствии других (эффект свидетеля).
    - **Известный случай:** убийство Китти Дженовезе (1964) – десятки свидетелей не вызвали полицию.
4. **Групповое мышление**
    - Стремление к согласию внутри группы приводит к принятию ошибочных решений.
    - **Пример:** катастрофа шаттла "Челленджер" из-за игнорирования критики инженеров.

Преподаватель предлагает студентам **смоделировать ситуацию**, в которой они попадают в групповую динамику (например, распределение работы в команде) и обсудить её влияние.

---

3. Подчинение авторитету: эксперимент Милгрэма (20 минут)

Эксперимент Милгрэма (1963) — одно из самых известных исследований **подчинения**.

- Участникам говорили, что они участвуют в обучающем эксперименте.

- Они должны были давать «электрошок» ученику за ошибки (на самом деле шок был ненастоящим).
- 65% участников дошли до максимального уровня удара, **слепо подчиняясь авторитету**.

Вывод:

- Большинство людей **склонны подчиняться авторитету, даже если это противоречит их моральным принципам**.

Вопрос аудитории:
Почему люди готовы выполнять приказы, даже если понимают, что они аморальны?

Преподаватель предлагает студентам обсудить **современные примеры слепого подчинения власти**.

---

4. Манипуляция и сопротивление групповому давлению (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **не все люди одинаково подвержены влиянию** и существует ряд способов противодействия манипуляциям.

Как избежать негативного социального влияния (оформляется в виде таблицы)

Стратегия	**Описание**	**Пример**
Критическое мышление	Проверка информации перед принятием решения	Не поддаваться рекламе
Осознание давления	Анализ группового влияния	Если все соглашаются, подумать, почему
Самостоятельное принятие решений	Ориентироваться на личные ценности	Не делать что-то только потому, что делают другие

Преподаватель предлагает студентам **разработать стратегию сопротивления давлению в социальной среде**.

Практическое задание:

- Разобрать кейс: студенту предлагают списать на экзамене, ссылаясь на то, что "все так делают".
- Какие аргументы можно использовать, чтобы **сохранить автономность решений**?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие формы социального влияния встречаются в вашей жизни?»*
2. Итоговый вывод: **группа оказывает мощное влияние на поведение индивида, но критическое мышление помогает противостоять давлению**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Чем отличается конформность от подчинения?
    - В чём суть эксперимента Милгрэма?

- Как можно сопротивляться групповому давлению?

4. Подготовка к следующей лекции: *Психология конфликта: механизмы, динамика, способы разрешения.*

Тема лекционного занятия 10.

Коммуникативные процессы в образовательной среде: модели и стратегии

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными моделями коммуникации.
- Рассмотреть факторы, влияющие на эффективность образовательного общения.
- Изучить основные барьеры и стратегии успешной коммуникации.
- Развить у студентов навыки эффективного взаимодействия в образовательной среде.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, дискуссия, анализ кейсов, моделирование ситуаций.
- **Средства:** презентация, видеопримеры, интерактивные упражнения.
- **Методические приемы:** анализ моделей общения, работа в группах, тренировка коммуникативных стратегий.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Почему одни люди легко находят общий язык, а другим сложно донести свою точку зрения?"

После обсуждения преподаватель подводит аудиторию к теме:
Коммуникация – это процесс обмена информацией, который зависит от множества факторов и особенно важен в образовательной среде.

---

1. Основные модели коммуникации (15 минут)

Коммуникация – это **процесс передачи информации между отправителем и получателем с целью установления взаимопонимания**.

Классические модели коммуникации (оформляется в виде таблицы)

Модель	**Описание**	**Пример**

Линейная (Шеннон и Уивер)	Передача информации по цепочке: отправитель → сообщение → получатель	Лекция преподавателя
Интерактивная	Взаимодействие между сторонами, обратная связь	Дискуссия на семинаре
Транзакционная	Коммуникация как совместный процесс создания смысла	Совместное обсуждение проекта

Пример:
Преподаватель приводит пример лекции (линейная модель) и обсуждения в малых группах (интерактивная модель).

Вопрос студентам:
Какую модель коммуникации чаще всего используют преподаватели и почему?

---

2. Факторы, влияющие на эффективность общения (15 минут)

Основные компоненты эффективной коммуникации:

1. **Содержание сообщения** – чёткость, логичность, доступность.
2. **Канал передачи** – устная, письменная, невербальная коммуникация.
3. **Обратная связь** – подтверждение понимания информации.
4. **Контекст** – социальная среда, личностные характеристики участников.

Психологические аспекты общения:

- **Эмпатия** – способность понимать эмоции собеседника.
- **Асертивность** – умение выражать свои мысли, не подавляя других.
- **Активное слушание** – умение слышать, задавать уточняющие вопросы.

Преподаватель предлагает студентам **продемонстрировать примеры эффективного и неэффективного общения** в парах.

---

3. Коммуникативные барьеры и их преодоление (20 минут)

Препятствия в общении возникают на разных уровнях:

Тип барьера	**Описание**	**Пример**
Лингвистические	Использование сложных терминов, непонимание языка	Академическая речь без пояснений
Психологические	Стереотипы, эмоциональная зажатость	«Он всё равно меня не поймёт»
Социальные	Разница в статусе, культуре, опыте	Ученик боится задать вопрос учителю

Физические	Шум, плохая слышимость	Плохая связь при онлайн-лекции

Пример анализа:
Преподаватель предлагает разобрать ситуацию: студент не задаёт вопросы на лекции, потому что боится показаться глупым.

- Какие барьеры здесь работают?
- Как преподаватель может их устранить?

Практическое задание:
Студенты анализируют свои собственные коммуникативные барьеры и разрабатывают стратегии их преодоления.

---

4. Стратегии эффективной коммуникации в образовательной среде (20 минут)

Основные стратегии (оформляется в виде таблицы)

Стратегия	**Описание**	**Пример**
Я-сообщения	Выражение чувств и мыслей без обвинений	«Мне сложно понять, объясните ещё раз» вместо «Вы плохо объясняете»
Активное слушание	Поддержка диалога, уточнение деталей	«Правильно ли я понял, что…?»
Метод Сократа	Задание вопросов для раскрытия мысли собеседника	«Почему вы так считаете?»
Невербальная коммуникация	Использование жестов, интонации, контакта глаз	Доброжелательный тон при объяснении материала

Ролевая игра:
Студенты разыгрывают **ситуацию сложного общения в группе** и пробуют применить различные стратегии.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии общения показались вам наиболее полезными?»*
2. Итоговый вывод: **грамотная коммуникация повышает качество образовательного процесса и способствует лучшему взаимодействию между преподавателями и студентами**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие основные модели коммуникации существуют?
    - Каковы ключевые факторы эффективного общения?
    - Как можно преодолеть коммуникативные барьеры?

4. Подготовка к следующей лекции: *Психология конфликтов: механизмы, динамика, способы разрешения.*

Тема лекционного занятия 11.

Конфликтология: механизмы возникновения и способы разрешения конфликтов

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями и моделями конфликтов.
- Рассмотреть причины возникновения конфликтов и их классификацию.
- Изучить механизмы эскалации конфликта и стратегии его разрешения.
- Развить навыки управления конфликтными ситуациями в образовательной и профессиональной среде.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, ролевые игры, групповая дискуссия.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеоматериалы.
- **Методические приемы:** анализ реальных конфликтных ситуаций, работа в группах, моделирование переговоров.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопрос:
"Конфликт – это всегда плохо? Или бывают полезные конфликты?"

После обсуждения преподаватель подводит студентов к определению:
Конфликт – это столкновение противоположных интересов, взглядов или потребностей, которое может приводить как к разрушительным последствиям, так и к конструктивным изменениям.

---

1. Определение конфликта и его структура (15 минут)

Конфликт – это процесс, включающий:

- **Стороны конфликта** (участники, оппоненты).
- **Предмет конфликта** (разногласия, ресурсы, ценности).
- **Конфликтные действия** (стратегии, тактики взаимодействия).
- **Исход конфликта** (разрешение или эскалация).

Основные виды конфликтов (оформляется в виде таблицы):

Вид конфликта	**Описание**	**Пример**
Личностный	Внутренний конфликт человека	Дилемма выбора между карьерой и семьёй
Межличностный	Конфликт между двумя людьми	Разногласие между коллегами
Групповой	Конфликт внутри коллектива	Спор между студенческими командами
Организационный	Разногласия в структурах власти	Конфликт преподавателя с администрацией вуза

Пример анализа:
Преподаватель предлагает разобрать **ситуацию конфликта между преподавателем и студентом** из-за несогласия с выставленной оценкой.

- Какие элементы конфликта здесь можно выделить?
- Какими могут быть пути его разрешения?

---

2. Причины и динамика конфликта (20 минут)

Конфликты возникают по разным причинам:

1. **Объективные (структурные)** – ограниченные ресурсы, несовместимость интересов.
2. **Коммуникативные** – недопонимание, ошибки в передаче информации.
3. **Эмоциональные** – личные антипатии, стрессовые состояния.
4. **Ценностные** – различия в мировоззрении, культурных установках.

Динамика конфликта (оформляется в виде схемы):

1. **Возникновение противоречия** → 2. **Эскалация (обострение)** → 3. **Кульминация** → 4. **Разрешение или усугубление**.

Преподаватель объясняет, что **правильное управление конфликтом может предотвратить его переход в деструктивную фазу**.

Практическое задание:
Студенты анализируют **личный опыт конфликта**, определяя его причины и возможные пути урегулирования.

3. Стратегии поведения в конфликте (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **моделью К. Томаса-К. Килмана**, выделяющей **5 стратегий поведения в конфликте**:

Стратегия	Характеристика	Пример поведения
Соперничество	Активная защита своей позиции, без учёта интересов другого	Начальник настаивает на своём решении, игнорируя мнение сотрудников
Избегание	Уклонение от конфликта	Человек отказывается обсуждать проблему
Приспособление	Уступка ради сохранения отношений	Один коллега соглашается с другим, чтобы избежать спора
Компромисс	Оба участника делают взаимные уступки	Спорящие делят ответственность пополам
Сотрудничество	Поиск решения, удовлетворяющего обе стороны	Два отдела совместно разрабатывают план действий

Кейс для анализа:
Студенты работают в парах: один – менеджер, другой – сотрудник, несогласный с приказом.

- Пробуют применить **разные стратегии разрешения конфликта**.
- Анализируют, какие стратегии наиболее эффективны в данной ситуации.

Вопрос аудитории:
Какие стратегии чаще всего используются в образовательной среде?

---

4. Методы разрешения конфликтов (15 минут)

Преподаватель рассматривает основные методы урегулирования конфликтов:

Метод	Описание	Пример
Переговоры	Обсуждение с поиском взаимоприемлемого решения	Преподаватель и студент обсуждают оценку и критерии её выставления
Медиация	Вмешательство третьей нейтральной стороны	Руководитель помогает решить спор между коллегами
Арбитраж	Вынесение решения третьей стороной, обязательного для исполнения	Судебное разбирательство в корпоративном споре
Терапия и тренинги	Развитие навыков управления конфликтами	Обучение студентов стрессоустойчивости

Преподаватель демонстрирует **примеры успешных переговоров и неудачных конфликтов** в видеоформате.

Практическое задание:
Студенты анализируют **конфликтную ситуацию из образовательной среды**, разрабатывают план её разрешения.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии разрешения конфликтов вам показались наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **конфликты неизбежны, но умение управлять ими позволяет находить решения, удовлетворяющие все стороны**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Каковы основные причины конфликтов?
    - Какие стратегии поведения в конфликте существуют?
    - Чем отличается медиация от арбитража?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология лидерства: типы, модели и развитие лидерских качеств.*

Тема лекционного занятия 12.

Психология влияния и манипуляции в межличностных отношениях

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями социального влияния.
- Разобрать различия между **влиянием, убеждением и манипуляцией**.
- Изучить ключевые механизмы психологического воздействия и манипулятивных техник.
- Развить у студентов способность распознавать манипуляции и противостоять им в повседневной жизни.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, ролевые игры, групповая дискуссия.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, раздаточные материалы, тестирование на внушаемость.
- **Методические приемы:** моделирование ситуаций, выявление манипулятивных тактик, практические упражнения по сопротивлению манипуляциям.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопросы:
"Как часто вы соглашались на что-то, чего на самом деле не хотели? Что заставило вас принять это решение?"

После обсуждения преподаватель объясняет, что **социальное влияние – это естественный процесс, но граница между убеждением и манипуляцией иногда размыта**.

---

1. Психологическое влияние: основные формы и механизмы (15 минут)

Социальное влияние – это **способность изменять поведение, установки и убеждения других людей**.

Основные формы влияния (оформляется в виде таблицы):

Форма влияния	**Описание**	**Пример**
Убеждение	Аргументированное изменение точки зрения	Дискуссия, научные факты
Принуждение	Прямое давление, угроза	Начальник заставляет работать сверхурочно
Внушение	Некритическое восприятие информации	Реклама заставляет поверить в эффективность продукта
Манипуляция	Скрытое воздействие для получения выгоды	Лесть, давление на чувство вины

Пример анализа:
Преподаватель предлагает разобрать **различия между убеждением и манипуляцией**:

- Если друг аргументированно объясняет, почему стоит начать бегать по утрам – это **убеждение**.
- Если он говорит: *«Ты же не хочешь быть единственным ленивым?»* – это уже **манипуляция**.

Вопрос аудитории:
Какие методы влияния вы чаще всего встречаете в жизни?

---

2. Классические механизмы влияния (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **принципами социального влияния по Роберту Чалдини**:

Принцип	**Описание**	**Пример**
Принцип взаимности	Человек чувствует себя обязанным ответить на услугу	Бесплатные дегустации в магазинах
Принцип социального доказательства	Люди склонны делать то же, что и окружающие	Выбор ресторана с очередью
Принцип авторитета	Люди подчиняются тем, кого считают авторитетом	«9 из 10 врачей рекомендуют»
Принцип дефицита	Люди больше ценят то, что ограничено в доступе	«Осталось 3 места на курс»

Принцип последовательности	Если человек принял одно решение, он будет следовать ему дальше	Подписка на бесплатный пробный период, которая становится платной

Преподаватель предлагает студентам **проанализировать рекламу** и найти в ней принципы Чалдини.

Практическое задание:
Студенты работают в группах, анализируя реальную маркетинговую стратегию (например, акцию «Купи два – получи третий бесплатно»), и обсуждают, как она влияет на поведение потребителей.

---

3. Манипулятивные техники и их распознавание (20 минут)

Манипуляция – это **скрытое воздействие на поведение человека в своих интересах**.

Основные манипулятивные техники (оформляется в виде таблицы):

Техника	Описание	Пример
«Нога в двери»	Человек сначала соглашается на малую просьбу, затем – на большую	Бесплатный пробный период, затем подписка
«Дверь в лицо»	Сначала предлагается заведомо сложное условие, потом упрощённое	«Пожертвуйте 5000» → «Хотя бы 500 рублей»
Эмоциональное давление	Вызывает чувство вины или страха	«Если ты не поможешь, мне будет плохо»
Комплименты и лесть	Создают иллюзию значимости человека	«Вы такой умный, только вы сможете решить этот вопрос!»
Информационная перегрузка	Человек принимает решение, не разобравшись в деталях	Сложные условия договора, скрытые комиссии

Практическое задание:
Студенты анализируют **разговорный диалог с манипуляцией** и предлагают варианты защиты.

Пример кейса:
Сотрудник говорит коллеге: *«Ты же всегда меня выручаешь, не мог бы сделать этот отчёт за меня?»*

- Как можно вежливо отказать, не испортив отношения?

Преподаватель объясняет, что **ассертивное поведение** помогает избегать манипуляций.

---

4. Методы защиты от манипуляций (15 минут)

Основные методы противодействия манипуляции (оформляется в виде таблицы):

Метод	Описание	Пример

Осознанность	Анализ ситуации, понимание скрытых мотивов	Если предложение кажется слишком выгодным – проверьте детали
Асертивное поведение	Чёткое выражение своих границ	«Я не могу сейчас помочь» вместо «Я подумаю»
Контроль эмоций	Отказ от реактивного поведения	Игнорирование провокационных комментариев
Обратные вопросы	Помогают вывести манипулятора на чистую воду	«Почему ты так считаешь?»

Преподаватель предлагает студентам **потренироваться в защите от манипуляций** в ролевой игре.

Практическое задание:
Один студент – продавец, использующий технику «дефицита» («Осталось всего два товара!»), второй – клиент, который должен разоблачить уловку.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие манипулятивные техники вы чаще всего встречаете в повседневной жизни?»*
2. Итоговый вывод: **понимание механизмов влияния и манипуляции помогает сохранять автономность решений и эффективнее взаимодействовать с окружающими**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - В чём разница между влиянием, внушением и манипуляцией?
    - Какие принципы влияния выделил Чалдини?
    - Как защититься от манипуляций в общении?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология переговоров: стратегии, тактики, психологические ловушки.*

Тема лекционного занятия 13.

Психология взросления и сепарации: развитие личности в юношеском возрасте

Цели занятия:

- Изучить ключевые психологические процессы взросления.
- Рассмотреть механизмы сепарации и их влияние на личностное развитие.
- Изучить основные теории развития личности в юношеском возрасте.
- Развить у студентов понимание значимости самостоятельности и ответственности в процессе взросления.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, дискуссия, анализ кейсов, работа в группах.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеофрагменты, тестирование уровня автономии.
- **Методические приемы:** обсуждение жизненных ситуаций, анализ теорий развития, моделирование процесса сепарации.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопрос студентам:
"Что для вас означает слово «взросление»? В каком возрасте человек становится взрослым?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Взросление – это не только физическое развитие, но и сложный психологический процесс, связанный с изменением идентичности, принятием самостоятельных решений и сепарацией от родителей.

---

1. Психологические особенности юношеского возраста (15 минут)

Юность (от 15 до 25 лет) – это период интенсивного личностного развития, в котором человек формирует свою идентичность, учится принимать решения и строить независимые отношения.

Основные изменения в юношеском возрасте (оформляется в виде таблицы):

Сфера развития	**Изменения**
Когнитивная	Развитие абстрактного мышления, формирование мировоззрения
Эмоциональная	Осознание своей индивидуальности, повышенная чувствительность к оценкам окружающих
Социальная	Построение глубоких межличностных отношений, поиск социального круга
Личностная	Определение ценностей, профессионального пути, сепарация от родителей

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам оценить, какие из этих изменений они уже пережили, и обсудить, какие трудности они испытывали в процессе взросления.

Вопрос аудитории:
Что важнее в процессе взросления – социальные связи или личная независимость?

---

2. Процесс сепарации и его стадии (20 минут)

Сепарация – это психологический процесс отделения от родителей, в ходе которого человек становится самостоятельным.

Стадии сепарации (оформляется в виде таблицы):

Стадия	**Описание**	**Пример**
Эмоциональная сепарация	Осознание собственной автономии, развитие индивидуальности	Отказ от родительских установок
Финансовая сепарация	Способность самостоятельно обеспечивать себя	Первые шаги в профессиональной сфере
Физическая сепарация	Отделение места жительства, самостоятельный быт	Переезд в другой город, съём жилья
Социальная сепарация	Формирование новых значимых отношений	Выбор друзей, построение семьи

Преподаватель объясняет, что **сепарация – это естественный, но непростой процесс**, который может вызывать тревожность и внутренние конфликты.

Практическое задание:
Студенты анализируют свои текущие стадии сепарации и обсуждают, какие факторы помогают или мешают им в этом процессе.

Вопрос аудитории:
Какие трудности чаще всего испытывают молодые люди при сепарации?

---

3. Теории развития личности в юности (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **ключевыми теориями взросления**.

Теория	**Основные идеи**	**Представители**
Эрик Эриксон: кризис идентичности	Основной конфликт юности – поиск себя: «Кто я?»	Эрик Эриксон
Жан Пиаже: когнитивное развитие	Развитие абстрактного мышления, формирование системы ценностей	Жан Пиаже
Джеймс Марсия: статусы идентичности	Люди проходят через разные статусы в поиске себя	Джеймс Марсия

Преподаватель предлагает студентам **определить свой статус идентичности** по Марсии:

1. **Диффузная идентичность** – отсутствие осознанного выбора жизненного пути.
2. **Предрешённая идентичность** – следование чужим ожиданиям (родителей, общества).
3. **Мораторий** – активный поиск себя, сомнения, кризис выбора.
4. **Достигнутая идентичность** – осознание своего пути и принятие решений.

Практическое задание:
Студенты тестируют себя по модели Марсии и обсуждают, какие факторы повлияли на их развитие идентичности.

---

4. Проблемы взросления: трудности и ресурсы (15 минут)

Преподаватель рассматривает **типичные трудности взросления** и способы их преодоления.

Основные проблемы взросления (оформляется в виде таблицы):

Проблема	**Причина**	**Возможное решение**
Страх ответственности	Неуверенность в своих силах	Поэтапное освоение самостоятельности
Конфликты с родителями	Разные взгляды на жизнь	Компромисс, диалог
Социальное давление	Ожидания общества	Формирование собственной системы ценностей

Преподаватель предлагает студентам **разработать стратегию преодоления одной из перечисленных проблем**.

Практическое задание:
Студенты работают в парах, обсуждая, какие **ресурсы помогают им справляться с трудностями взросления** (поддержка семьи, друзья, наставники, книги, курсы и т. д.).

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Что в процессе взросления оказалось для вас самым сложным?»*
2. Итоговый вывод: **взросление – это не одномоментный процесс, а сложное развитие идентичности, в котором важны самостоятельность и адаптация к изменяющейся реальности**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие стадии сепарации проходит человек?
    - В чём суть кризиса идентичности по Эриксону?
    - Как справляться с трудностями взросления?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология принятия решений: когнитивные процессы и эвристики.*

Тема лекционного занятия 14.

Мотивационные стратегии в обучении и профессиональной деятельности

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями мотивации.
- Рассмотреть роль мотивации в учебной и профессиональной деятельности.
- Изучить стратегии повышения мотивации к обучению и работе.
- Развить навыки самоанализа и управления собственной мотивацией.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, дискуссия, анализ кейсов, интерактивные упражнения.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеоматериалы, тестирование уровня мотивации.
- **Методические приемы:** разбор реальных примеров, работа в группах, моделирование стратегий мотивации.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопросы:
"Что вас мотивирует учиться и работать? Почему в одних ситуациях мы чувствуем энтузиазм, а в других – прокрастинируем?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Мотивация – это ключевой фактор успеха в обучении и карьере, и её можно развивать и управлять ею.

---

1. Теории мотивации (15 минут)

Мотивация – это процесс, побуждающий человека к деятельности, направленной на достижение цели.

Основные теории мотивации (оформляется в виде таблицы):

Теория	**Основные идеи**	**Представители**
Иерархия потребностей	Люди удовлетворяют потребности от базовых (еда, безопасность) до высших (самореализация)	Абрахам Маслоу
Теория самодетерминации	Мотивация зависит от автономии, компетентности и вовлечённости	Децци и Райан
Теория оперантного обусловливания	Поведение усиливается через подкрепления и наказания	Б. Ф. Скиннер
Теория ожидания	Мотивация зависит от ожидания успеха и ценности результата	Виктор Врум

Преподаватель предлагает студентам **проанализировать свою учебную мотивацию** по теориям Маслоу и Врума:

- Какие факторы побуждают их к учёбе?
- Как можно повысить их мотивацию?

Практическое задание:
Студенты заполняют **мини-анкету «Что меня мотивирует?»**, после чего обсуждают, какие факторы наиболее важны для их мотивации.

---

2. Внутренняя и внешняя мотивация (15 минут)

Преподаватель объясняет, что мотивация бывает **внутренней и внешней**.

Вид мотивации	**Описание**	**Примеры**
Внутренняя	Основана на интересе, любопытстве, желании развиваться	Удовольствие от решения сложных задач
Внешняя	Опирается на награды, давление, ожидания окружающих	Стремление получить высокую оценку

Преподаватель предлагает студентам разобрать **разницу между внутренней и внешней мотивацией** на примере обучения:

- Учёба ради интереса – внутренняя мотивация.

- Учёба ради высокой оценки – внешняя мотивация.

Практическое задание:
Студенты анализируют, какие виды мотивации преобладают в их учебной деятельности и как их можно изменить.

---

3. Мотивационные стратегии в обучении (20 минут)

Преподаватель объясняет, что мотивацию можно регулировать с помощью определённых стратегий.

Основные стратегии (оформляется в виде таблицы):

Стратегия	**Описание**	**Пример**
Постановка SMART-целей	Формулировка конкретных, измеримых и достижимых целей	«Выучить 50 слов за неделю» вместо «Хочу улучшить английский»
Развитие интереса	Связывание материала с реальной жизнью	Изучение психологии через кейсы
Метод маленьких шагов	Разделение задачи на этапы	Разбить написание курсовой работы на части
Использование подкрепления	Вознаграждение за достижения	Перерыв после выполнения сложной задачи

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **личный план повышения мотивации к учёбе** с использованием стратегий SMART-целей и подкрепления.

---

4. Мотивация в профессиональной деятельности (20 минут)

Преподаватель рассматривает **факторы, влияющие на мотивацию в работе**:

1. **Признание достижений** – ощущение значимости труда.
2. **Чувство автономии** – возможность принимать решения.
3. **Развитие навыков** – профессиональный рост.
4. **Баланс работы и отдыха** – предотвращение выгорания.

Преподаватель предлагает студентам проанализировать свою будущую профессию:

- Какие факторы будут мотивировать их работать?
- Что может снизить мотивацию?

Практическое задание:
Студенты в группах разрабатывают **мотивационную систему для сотрудников компании** (например, как повысить мотивацию у учителей, врачей, инженеров).

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии мотивации вам показались наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **мотивация – это не врождённое качество, а навык, который можно развивать и корректировать**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие основные теории мотивации существуют?
    - В чём разница между внутренней и внешней мотивацией?
    - Какие стратегии помогают повысить мотивацию к учёбе и работе?
4. Подготовка к следующей лекции: *Когнитивные искажения в обучении и профессиональном развитии.*

Тема лекционного занятия 15.

Психологические аспекты работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями (ООП).
- Рассмотреть психологические особенности этих учащихся и их влияние на образовательный процесс.
- Изучить адаптационные стратегии и методы сопровождения обучающихся с ООП.
- Развить у студентов навыки инклюзивного подхода и создания комфортной образовательной среды.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, работа в группах, обсуждение практических примеров.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, раздаточные схемы, работа с нормативными документами.
- **Методические приемы:** моделирование образовательных ситуаций, работа с примерами успешной инклюзии, анализ трудностей в обучении.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопросы:
"Какое значение имеет инклюзивное образование? Какие трудности могут возникать в обучении у детей с особыми образовательными потребностями?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Современная образовательная система стремится к инклюзивности, что требует понимания особенностей обучающихся с ООП и адаптации методов преподавания.

---

1. Категории обучающихся с особыми образовательными потребностями (15 минут)

Обучающиеся с ООП – это дети и взрослые, нуждающиеся в специальных условиях обучения из-за особенностей развития, состояния здоровья или социальной ситуации.

Основные категории обучающихся с ООП (оформляется в виде таблицы):

Категория	**Описание**	**Особенности обучения**
Дети с нарушением слуха	Полная или частичная потеря слуха	Использование жестового языка, слуховых аппаратов, визуального материала
Дети с нарушением зрения	Слабовидящие и незрячие обучающиеся	Рельефно-точечный шрифт Брайля, аудиоматериалы
Дети с нарушением опорно-двигательного аппарата	Ограниченные физические возможности	Безбарьерная среда, помощь ассистента
Дети с расстройствами аутистического спектра (РАС)	Трудности в коммуникации, стереотипные поведения	Чёткая структура занятий, визуальные расписания
Дети с интеллектуальными нарушениями	Задержка развития, низкая обучаемость	Индивидуальные программы, адаптация темпа обучения
Дети с эмоционально-волевыми нарушениями	Высокий уровень тревожности, гиперактивность	Спокойная среда, развитие саморегуляции

Преподаватель объясняет, что **каждому учащемуся необходим индивидуальный подход**, основанный на его потребностях.

Практическое задание:
Студенты анализируют предложенные **кейс-ситуации (например, работа с учеником с РАС)** и разрабатывают рекомендации по организации обучения.

---

2. Психологические особенности обучающихся с ООП (20 минут)

Преподаватель рассматривает **ключевые психологические особенности** разных групп обучающихся.

1. **Обучающиеся с нарушением слуха**
    - Восприятие информации преимущественно зрительное.

- Развитие жестовой коммуникации, возможны сложности с речью.

2. **Обучающиеся с нарушением зрения**
    - Умение запоминать и воспринимать информацию на слух.
    - Развитие тактильных навыков и пространственного ориентирования.
3. **Обучающиеся с РАС**
    - Проблемы с социальными взаимодействиями, потребность в чёткой структуре.
    - Чувствительность к сенсорным раздражителям (громкие звуки, яркий свет).
4. **Обучающиеся с интеллектуальными нарушениями**
    - Медленный темп усвоения материала, потребность в многократном повторении.
    - Важно использование практико-ориентированного обучения.

Практическое задание:
Студенты работают в парах:

- Один студент играет роль учащегося с ООП (например, с нарушением слуха).
- Второй – преподавателя, адаптирующего объяснение материала.

После упражнения обсуждается, **какие методы адаптации помогли лучше понять материал**.

---

3. Методы сопровождения и адаптации образовательной среды (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **адаптация образовательной среды помогает интеграции обучающихся с ООП**.

Ключевые принципы адаптации (оформляется в виде таблицы):

Принцип	**Описание**	**Пример**
Индивидуальный подход	Преподавание с учётом особенностей ученика	Уменьшение объёма материала для учеников с ЗПР
Безбарьерная среда	Пространственная и техническая доступность	Пандусы, лифты, адаптированные рабочие места
Использование альтернативных методов обучения	Применение визуальных, аудиальных, тактильных материалов	Видео с субтитрами для слабослышащих
Психологическая поддержка	Формирование комфортной среды, профилактика стресса	Работа с тревожностью через позитивное подкрепление

Пример адаптации:
Преподаватель демонстрирует, как можно **преподнести один и тот же материал разными способами**:

- Для ученика с нарушением слуха – визуальная схема.
- Для ученика с дислексией – аудиофайл.
- Для ученика с РАС – пошаговые инструкции.

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **адаптированное объяснение учебного материала** для разных категорий обучающихся.

---

4. Инклюзивное взаимодействие и социализация (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **успех инклюзии зависит не только от адаптации программы, но и от социальной интеграции учащегося**.

Факторы успешной социализации:

1. **Формирование толерантного отношения в коллективе.**
2. **Обучение одноклассников и преподавателей принципам инклюзии.**
3. **Создание условий для равного участия в школьной и внеурочной деятельности.**

Практическое задание:
Студенты работают в группах, разрабатывая **план мероприятий по социальной интеграции обучающихся с ООП** (например, инклюзивные проекты, волонтёрские инициативы).

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие методы адаптации обучения показались вам наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **инклюзивное образование требует комплексного подхода, который включает адаптацию программ, среды и социализации учащихся**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие категории обучающихся с ООП существуют?
    - Какие психологические особенности необходимо учитывать при обучении детей с РАС?
    - Какие принципы инклюзивного образования наиболее важны?
4. Подготовка к следующей лекции: *Современные тенденции психологии образования.*

Тема лекционного занятия 16.

Цифровая психология: влияние информационных технологий на когнитивное развитие

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с понятием цифровой психологии и её ключевыми направлениями.
- Рассмотреть влияние цифровых технологий на когнитивные процессы, внимание, память и мышление.
- Изучить позитивные и негативные аспекты цифрового взаимодействия.
- Развить у студентов способность к осознанному использованию цифровых технологий.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ научных исследований, дискуссия, тестирование когнитивных функций.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеофрагменты, цифровые тесты, работа с кейсами.
- **Методические приемы:** обсуждение влияния технологий на повседневное поведение, моделирование цифровых сценариев, когнитивные тренировки.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Какую роль технологии играют в вашей жизни? Улучшают ли они ваши когнитивные способности или наоборот мешают?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Цифровая психология изучает, как информационные технологии изменяют мышление, поведение и познавательные процессы.

---

1. Понятие цифровой психологии и её основные направления (15 минут)

Цифровая психология – это научное направление, изучающее взаимодействие человека с цифровыми технологиями и их влияние на психику.

Основные направления цифровой психологии (оформляется в виде таблицы):

Направление	**Описание**	**Примеры**
Когнитивная цифровая психология	Изучает влияние технологий на внимание, память, мышление	Клиповое мышление, цифровая амнезия
Социальная цифровая психология	Исследует поведение человека в социальных сетях и онлайн-коммуникациях	ФОМО (страх упустить что-то важное)
Киберпсихология	Анализ взаимодействия человека с виртуальной реальностью, ИИ	Игровые зависимости, эмоциональная привязанность к ИИ
Цифровая педагогика	Использование технологий в обучении, онлайн-образование	Геймификация, адаптивное обучение

Преподаватель объясняет, что **цифровая среда оказывает как положительное, так и отрицательное влияние на когнитивное развитие**.

Практическое задание:
Студенты в группах анализируют, какие технологии они используют ежедневно, и классифицируют их по направлениям цифровой психологии.

---

2. Влияние цифровых технологий на когнитивное развитие (20 минут)

Преподаватель рассматривает, как цифровая среда влияет на основные когнитивные процессы:

1. Внимание

- Развитие **мультитаскинга** – способность выполнять несколько задач одновременно.
- **Дефицит концентрации** – быстрая потеря фокуса из-за переизбытка информации.
- **Эффект клипового мышления** – поверхностное восприятие информации.

2. Память

- **Цифровая амнезия** – снижение способности к запоминанию из-за доступности информации в интернете.
- **Эффект Google** – привычка искать ответы в сети, а не запоминать.

3. Мышление

- Развитие **визуального мышления** благодаря цифровым форматам контента.

- Снижение **глубокого анализа** из-за фрагментированного потребления информации.

Практическое задание:
Студенты проходят **мини-тест на уровень концентрации** и анализируют, как цифровые технологии влияют на их внимание.

Вопрос аудитории:
Как можно минимизировать негативное влияние технологий на когнитивное развитие?

---

3. Позитивные и негативные аспекты цифрового взаимодействия (20 минут)

Преподаватель объясняет, что цифровые технологии могут **улучшать или ухудшать когнитивные функции**, в зависимости от того, как они используются.

Влияние	**Положительные аспекты**	**Негативные аспекты**
Внимание	Развитие параллельной обработки информации	Раздробленность фокуса, клиповое мышление
Память	Доступ к информации, развитие стратегий запоминания	Цифровая амнезия, снижение способности к долгосрочному запоминанию
Мышление	Геймификация и интерактивное обучение улучшают когнитивные навыки	Уменьшение критического мышления, поверхностное восприятие

Пример анализа:
Преподаватель демонстрирует видео, в котором сравнивается работа мозга при чтении книги и при пролистывании ленты соцсетей.

Практическое задание:
Студенты составляют **личную стратегию управления цифровыми привычками**, чтобы минимизировать негативные эффекты.

---

4. Методы когнитивной гигиены и осознанного цифрового поведения (15 минут)

Преподаватель объясняет, что осознанное использование технологий помогает **развивать когнитивные навыки и избегать цифрового истощения**.

Методы когнитивной гигиены (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Применение**
Цифровой детокс	Ограничение времени в интернете	Дни без гаджетов, тайм-менеджмент
Монотаскинг	Фокус на одной задаче за раз	Отказ от многозадачности
Критическое мышление	Анализ информации перед её восприятием	Фильтрация новостей, проверка источников
Развитие памяти	Использование стратегий запоминания	Записи вручную, ментальные карты

Практическое задание:
Студенты работают в группах и разрабатывают **индивидуальные планы цифровой гигиены**.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какой из методов цифровой гигиены вы бы попробовали применить в своей жизни?»*
2. Итоговый вывод: **технологии могут как улучшать, так и ухудшать когнитивные способности, поэтому важно осознанно подходить к их использованию**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Как технологии влияют на внимание, память и мышление?
    - Что такое эффект Google?
    - Какие стратегии помогают минимизировать цифровую амнезию?
4. Подготовка к следующей лекции: *Будущее психологии: искусственный интеллект и цифровая идентичность.*

Тема лекционного занятия 17.

Формирование привычек и поведенческих паттернов: психологические механизмы

Цели занятия:

- Рассмотреть основные психологические механизмы формирования привычек.
- Изучить влияние окружения и подкрепления на поведенческие паттерны.
- Ознакомить студентов с концепцией «петли привычки» и её практическим применением.
- Развить у студентов способность к осознанному изменению поведения и формированию полезных привычек.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, моделирование ситуаций, работа с личным опытом.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, тестирование привычек.
- **Методические приемы:** разбор теорий, создание планов по формированию новых привычек, тренировка навыков саморегуляции.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопросы:
"Как часто вы пытались изменить свои привычки? Почему одни привычки формируются легко, а другие тяжело поддаются коррекции?"

После обсуждения преподаватель объясняет, что **привычки – это автоматизированные формы поведения, которые закрепляются через повторение и подкрепление**.

1. Привычки и поведенческие паттерны: основные понятия (15 минут)

Привычка – это устойчивый автоматизированный способ поведения, формирующийся через многократное повторение.

Различие между привычками и поведенческими паттернами (оформляется в виде таблицы):

Понятие	**Описание**	**Пример**
Привычка	Автоматическое действие, выполняемое без осознанного контроля	Чистка зубов перед сном
Поведенческий паттерн	Регулярно повторяющаяся модель поведения	Реакция на стресс (переедание, избегание)

Практическое задание:
Студенты анализируют **свои повседневные привычки**, классифицируя их как полезные или вредные.

Вопрос аудитории:
Можно ли сформировать привычку осознанно?

---

2. Психологические механизмы формирования привычек (20 минут)

Преподаватель объясняет, что привычки формируются через **петлю привычки**, описанную Чарльзом Дахиггом:

Этап	**Описание**	**Пример**
Триггер (сигнал)	Событие, запускающее привычное поведение	Чувство усталости в конце дня
Рутина (действие)	Автоматическое поведение	Проверка соцсетей перед сном
Вознаграждение	Ощущение удовольствия, снятие напряжения	Чувство расслабления после просмотра контента

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам разобрать свои привычки и выявить **триггер, рутину и вознаграждение**.

Практическое задание:
Студенты выбирают **вредную привычку** и составляют план её замены на полезную с изменением триггера или вознаграждения.

---

3. Влияние подкрепления и окружения на поведенческие паттерны (20 минут)

Привычки формируются быстрее, если их **укрепляет система подкреплений**.

Типы подкреплений (оформляется в виде таблицы):

Вид подкрепления	Описание	Пример
Позитивное подкрепление	Награда за желаемое поведение	Похвала за выполнение работы вовремя
Негативное подкрепление	Устранение неприятного стимула	Уход от стресса с помощью физической активности
Наказание	Препятствие, мешающее повторению поведения	Потеря бонусов за опоздание на работу

Практическое задание:
Студенты анализируют, какие подкрепления влияют на их привычки, и разрабатывают систему вознаграждений для формирования новой полезной привычки.

---

4. Как изменить привычку: пошаговая стратегия (15 минут)

Преподаватель объясняет, что изменение привычек требует **сознательного подхода**.

Методы изменения привычек (оформляется в виде таблицы):

Метод	Описание	Пример
Осознание триггеров	Анализ факторов, запускающих привычку	Определить, когда возникает желание есть сладкое
Замена рутины	Выбор альтернативного действия	Вместо сладкого – орехи или прогулка
Постепенное изменение	Маленькие шаги, снижение порога сопротивления	Начать бегать с 5 минут в день
Отслеживание прогресса	Фиксация достижений, работа с мотивацией	Ведение дневника привычек

Практическое задание:
Студенты создают **личный план изменения привычки**, используя метод «маленьких шагов» и систему подкреплений.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие привычки сложнее всего изменить и почему?»*
2. Итоговый вывод: **формирование и изменение привычек – это управляемый процесс, требующий осознанности и системы подкреплений**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Как работает петля привычки?
    - Какие типы подкреплений существуют?
    - Какие методы помогают изменить поведенческие паттерны?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология мотивации и постановки целей.*

Тема лекционного занятия 18.

Создание развивающей образовательной среды: психологические аспекты

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с понятием развивающей образовательной среды и её ключевыми характеристиками.
- Рассмотреть влияние образовательной среды на когнитивное, эмоциональное и социальное развитие обучающихся.
- Изучить психологические принципы организации образовательного пространства.
- Развить у студентов навыки проектирования эффективной и комфортной образовательной среды.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, моделирование образовательных ситуаций, работа в группах.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеоматериалы, работа с примерами образовательных сред.
- **Методические приемы:** разбор успешных образовательных моделей, практическое проектирование образовательной среды, оценка реальных условий обучения.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель предлагает студентам ответить на вопросы:
"Какие факторы образовательной среды влияют на вашу мотивацию и успеваемость? Что делает учебное пространство комфортным и эффективным?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Развивающая образовательная среда – это пространство, в котором обучение становится не только процессом передачи знаний, но и формированием личности, когнитивных и эмоциональных навыков.

---

1. Понятие и структура развивающей образовательной среды (15 минут)

Образовательная среда – это совокупность условий, в которых происходит обучение и личностное развитие обучающихся.

Основные компоненты образовательной среды (оформляется в виде таблицы):

Компонент	**Описание**	**Пример**
Физическая среда	Пространственная организация, освещение, эргономика	Гибкие классы, наличие зелёных зон
Социальная среда	Взаимоотношения между участниками образовательного процесса	Доброжелательная атмосфера, поддержка однокурсников
Психологическая среда	Эмоциональный фон, уровень тревожности, мотивация	Уверенность в безопасности, поддержка преподавателя
Цифровая среда	Использование технологий в обучении	Интерактивные платформы, электронные учебники

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам описать свою образовательную среду и выделить её сильные и слабые стороны.

Практическое задание:
Студенты анализируют фотографии или схемы разных образовательных пространств и предлагают, какие улучшения можно внести.

---

2. Психологические принципы создания развивающей образовательной среды (20 минут)

Преподаватель объясняет ключевые психологические принципы:

1. **Принцип безопасности** – ощущение защищённости важно для успешного обучения.
2. **Принцип вовлечённости** – студент должен чувствовать себя активным участником процесса.
3. **Принцип адаптивности** – образовательная среда должна учитывать индивидуальные особенности.
4. **Принцип сотрудничества** – создание условий для взаимодействия между обучающимися.

Практическое задание:
Студенты работают в парах и предлагают **изменения в образовательной среде**, исходя из психологических принципов.

Вопрос аудитории:
Какие из принципов вам кажутся наиболее важными?

---

3. Влияние образовательной среды на когнитивное и эмоциональное развитие (20 минут)

Преподаватель рассматривает влияние образовательной среды на основные психологические процессы:

1. Когнитивное развитие

- Удобное пространство способствует концентрации внимания.
- Доступ к разнообразным источникам знаний расширяет мышление.

2. Эмоциональное развитие

- Дружелюбная среда снижает тревожность.
- Поддержка со стороны преподавателей и сверстников повышает уверенность.

3. Социальные навыки

- Работа в группах развивает коммуникативные способности.
- Взаимодействие в образовательной среде влияет на формирование самооценки.

Практическое задание:
Студенты анализируют реальные примеры образовательных сред и оценивают их влияние на развитие учащихся.

---

4. Современные тенденции в организации образовательной среды (15 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **новыми подходами к организации образовательного пространства**.

Тенденция	**Описание**	**Пример**
Гибкие классы	Пространства, адаптируемые под разные форматы работы	Трансформируемая мебель, зоны активности
Цифровая интеграция	Использование технологий в обучении	Виртуальные лаборатории, платформы онлайн-обучения
Инклюзивность	Доступность для всех категорий учащихся	Тактильные пособия, адаптированные учебные материалы

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **идеальную образовательную среду** и презентуют свои идеи.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие элементы образовательной среды для вас наиболее важны?»*
2. Итоговый вывод: **качественная образовательная среда способствует не только обучению, но и всестороннему развитию личности**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие компоненты включает образовательная среда?
    - Как психологическая среда влияет на учебный процесс?
    - Какие современные тенденции существуют в образовательном пространстве?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология эффективного обучения: когнитивные стратегии и методы запоминания.*

Тема лекционного занятия 19.

Эмоциональный интеллект в профессиональной деятельности педагога

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с понятием эмоционального интеллекта (ЭИ) и его структурой.
- Рассмотреть влияние ЭИ на профессиональную деятельность педагога.
- Изучить стратегии развития эмоционального интеллекта у педагогов.
- Развить у студентов навыки осознания и управления эмоциями в педагогическом процессе.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, работа с примерами, тренинговые упражнения.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеоматериалы, тестирование уровня эмоционального интеллекта.
- **Методические приемы:** анализ реальных педагогических ситуаций, работа в группах, практическое развитие навыков ЭИ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Что важнее для педагога – профессиональные знания или умение понимать и управлять эмоциями? Как эмоции преподавателя влияют на студентов?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Эмоциональный интеллект – это способность понимать и управлять своими эмоциями, а также эффективно взаимодействовать с окружающими, что особенно важно в профессии педагога.

---

1. Понятие и структура эмоционального интеллекта (15 минут)

Эмоциональный интеллект – это совокупность навыков, позволяющих **осознавать, понимать и регулировать эмоции** в процессе общения и профессиональной деятельности.

Компоненты эмоционального интеллекта (оформляется в виде таблицы):

Компонент	**Описание**	**Пример**
Осознание своих эмоций	Способность понимать, что человек чувствует в данный момент	Педагог осознаёт, что его раздражение связано с усталостью, а не с поведением ученика
Управление эмоциями	Контроль эмоциональных реакций, предотвращение импульсивных действий	Спокойная реакция на конфликтную ситуацию
Эмпатия	Способность понимать эмоции других людей	Понимание тревоги ученика перед экзаменом
Социальные навыки	Умение строить конструктивные отношения	Поддержание позитивной атмосферы в классе
Мотивация	Саморегуляция и стремление к личностному росту	Педагог, вдохновляющий студентов на обучение своим примером

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам разобрать ситуацию:

- Учитель кричит на ученика за опоздание, не разобравшись в причинах.
- Как можно было бы повести себя, обладая высоким уровнем эмоционального интеллекта?

Практическое задание:
Студенты анализируют свои эмоциональные реакции в стрессовых ситуациях и разрабатывают стратегии их регуляции.

---

2. Влияние эмоционального интеллекта на профессиональную деятельность педагога (20 минут)

Преподаватель рассматривает, как ЭИ влияет на **ключевые аспекты работы педагога**:

1. **Коммуникация с учащимися**
    - Чуткость к эмоциональному состоянию студентов.
    - Способность регулировать эмоции в стрессовых ситуациях.
2. **Работа с конфликтами**
    - Разрешение конфликтных ситуаций без агрессии и давления.
    - Навыки активного слушания и эмпатии.
3. **Эмоциональная саморегуляция**
    - Предотвращение профессионального выгорания.
    - Умение поддерживать позитивный настрой в классе.
4. **Развитие мотивации учащихся**
    - Создание эмоционально комфортной образовательной среды.
    - Формирование доверительных отношений.

Практическое задание:
Студенты работают в парах:

- Один студент играет роль эмоционально нестабильного преподавателя.
- Второй – педагога с развитым ЭИ.
  После упражнения обсуждается, **какие эмоции испытывают обе стороны и какие стратегии помогают создать комфортное взаимодействие**.

---

3. Развитие эмоционального интеллекта у педагогов (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **методами развития ЭИ**.

Ключевые стратегии (оформляется в виде таблицы):

Стратегия	**Описание**	**Пример**
Саморефлексия	Осознание своих эмоций и их влияния на поведение	Ведение дневника эмоций
Тренировка эмпатии	Развитие способности понимать чувства других	Анализ ситуаций с позиции другого человека
Контроль стресса	Управление эмоциями в напряжённых ситуациях	Дыхательные упражнения, медитация
Развитие коммуникативных навыков	Улучшение взаимодействия с окружающими	Асертивное поведение, активное слушание

Практическое задание:
Студенты составляют **личный план развития эмоционального интеллекта**, включая конкретные методы и сроки их применения.

---

4. Практические техники эмоциональной регуляции в педагогической деятельности (15 минут)

Преподаватель демонстрирует **техники управления эмоциями**, которые помогают в профессиональной деятельности педагога.

1. **Метод «стоп-реакции»** – пауза перед ответом в стрессовой ситуации.
2. **Переключение фокуса** – концентрация на решении проблемы, а не на эмоциях.
3. **Метод «я-сообщений»** – выражение чувств без обвинений (например, «Я расстроен, когда меня перебивают» вместо «Ты мешаешь мне говорить!»).
4. **Когнитивная переоценка** – смена восприятия ситуации (например, воспринимать сложного ученика не как проблемного, а как нуждающегося в поддержке).

Практическое задание:
Студенты разыгрывают **сценарии сложных педагогических ситуаций** и применяют техники управления эмоциями.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Как эмоциональный интеллект влияет на профессиональное развитие?»*
2. Итоговый вывод: **эмоциональный интеллект – важный компонент педагогического мастерства, который помогает выстраивать эффективное взаимодействие и управлять стрессом**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие компоненты включает эмоциональный интеллект?
    - Как ЭИ влияет на профессиональную деятельность педагога?
    - Какие методы помогают развивать ЭИ?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология профессионального выгорания и методы его профилактики.*

Тема лекционного занятия 20.

Психология взаимодействия с родителями: стратегии эффективного сотрудничества

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с особенностями взаимодействия педагога с родителями обучающихся.
- Изучить модели эффективного сотрудничества между педагогами и родителями.
- Рассмотреть стратегии преодоления конфликтов и создания партнёрских отношений.
- Развить у студентов навыки конструктивной коммуникации с родителями.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, моделирование педагогических ситуаций.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, работа с примерами.
- **Методические приемы:** ролевые игры, тренировка коммуникативных навыков, разбор конфликтных ситуаций.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Какую роль играют родители в образовательном процессе? С какими сложностями педагоги сталкиваются при взаимодействии с родителями?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Психология взаимодействия с родителями – это важная составляющая образовательного процесса, влияющая на успеваемость, мотивацию и эмоциональное состояние обучающихся.

---

1. Модели взаимодействия педагога с родителями (15 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **тремя основными моделями взаимодействия**:

Модель	**Описание**	**Пример**
Авторитарная	Педагог доминирует, родители выполняют указания без обсуждения	Учитель требует посещаемости без диалога с родителями
Партнёрская	Взаимное сотрудничество, открытость, диалог	Учитель и родители совместно разрабатывают стратегию поддержки ребёнка
Попустительская	Педагог минимально контактирует с родителями, ответственность полностью на семье	Учитель не обсуждает с родителями проблемы ученика

Практическое задание:
Студенты анализируют предложенные ситуации и определяют, какая модель взаимодействия используется, а затем предлагают альтернативные варианты.

Вопрос аудитории:
Какая модель взаимодействия наиболее эффективна и почему?

---

2. Психологические барьеры во взаимодействии педагога с родителями (20 минут)

Преподаватель объясняет, что сложности в общении между педагогом и родителями могут быть вызваны различными барьерами.

Основные барьеры (оформляется в виде таблицы):

Тип барьера	**Описание**	**Пример**
Эмоциональный	Недоверие, страх осуждения	Родитель избегает общения с учителем из-за негативного опыта
Коммуникативный	Недостаток информации или её сложность	Учитель использует сложные термины, которые родитель не понимает
Социальный	Разный уровень образования, статус родителей	Родители не чувствуют себя компетентными в обсуждении образовательных вопросов

Конфликтный	Противоречивые взгляды на воспитание	Родители считают, что учитель предъявляет завышенные требования

Практическое задание:
Студенты в группах анализируют реальные педагогические кейсы, связанные с возникновением барьеров, и разрабатывают способы их преодоления.

---

3. Стратегии эффективного взаимодействия с родителями (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **ключевыми принципами конструктивного общения**.

Основные стратегии (оформляется в виде таблицы):

Стратегия	Описание	Пример
Активное слушание	Умение выслушать родителя, не перебивая и не осуждая	«Я понимаю, что вас беспокоит поведение вашего ребёнка»
Принцип «Я-сообщений»	Выражение своих мыслей без обвинений	«Я заметил, что ваш ребёнок испытывает сложности в учёбе» вместо «Ваш ребёнок плохо учится»
Создание атмосферы сотрудничества	Включение родителей в образовательный процесс	Родители участвуют в обсуждении индивидуального учебного плана
Дипломатия в конфликтных ситуациях	Избегание конфронтации, переход к конструктивному диалогу	«Давайте вместе подумаем, как помочь ребёнку справиться с трудностями»

Практическое задание:
Студенты работают в парах: один играет роль педагога, другой – родителя. После разыгрывания ситуаций они анализируют, какие стратегии общения были эффективны.

Вопрос аудитории:
Как педагогу установить доверительные отношения с родителями, даже если изначально они настроены негативно?

---

4. Работа с конфликтами в взаимодействии с родителями (15 минут)

Преподаватель рассматривает **основные причины конфликтов между педагогами и родителями**:

1. Различие взглядов на воспитание.
2. Недостаток информации о процессе обучения.
3. Эмоциональное напряжение.

Способы управления конфликтами (оформляется в виде таблицы):

Метод	Описание	Пример

Выяснение причин	Анализ корня проблемы, а не её симптомов	Обсуждение, почему родитель недоволен оценками ребёнка
Предложение альтернатив	Совместный поиск решений	Разработка плана поддержки ученика
Мягкая аргументация	Поддержка диалога без давления	«Давайте разберёмся вместе, как помочь ребёнку»

Практическое задание:
Студенты анализируют **реальные конфликтные ситуации** между родителями и педагогами и предлагают оптимальные решения.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии взаимодействия с родителями кажутся вам наиболее полезными?»*
2. Итоговый вывод: **эффективное сотрудничество между педагогами и родителями основано на доверии, диалоге и умении решать конфликты конструктивно**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие модели взаимодействия существуют между педагогом и родителями?
    - Какие барьеры мешают эффективному общению?
    - Какие стратегии помогают разрешать конфликты с родителями?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психологическая поддержка педагогов: профилактика стресса и выгорания.*

Тема лекционного занятия 21.

Психологические особенности подросткового возраста: воспитательный потенциал педагога

Цели занятия:

- Изучить основные психологические особенности подросткового возраста.
- Рассмотреть факторы, влияющие на развитие личности подростка.
- Изучить роль педагога в формировании ценностей, поведения и эмоционального состояния подростков.
- Развить у студентов способность к эффективному взаимодействию с подростками в образовательной среде.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, групповая работа, ролевые игры.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, видеофрагменты, тестирование подростковых стратегий поведения.
- **Методические приемы:** обсуждение теоретических моделей развития подростков, анализ педагогических ситуаций, моделирование взаимодействия с подростками.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Почему подростковый возраст считается самым сложным? Какие изменения происходят с человеком в этот период?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Подростковый возраст – это время активного развития личности, самопознания, поиска идентичности и формирования социальных связей, и педагог играет важную роль в этом процессе.

---

1. Основные психологические особенности подросткового возраста (15 минут)

Подростковый возраст (от 11 до 18 лет) – это **период интенсивного развития**, связанный с физическими, когнитивными и эмоциональными изменениями.

Ключевые особенности (оформляется в виде таблицы):

Сфера развития	**Основные изменения**
Когнитивная	Развитие абстрактного мышления, критическое отношение к авторитетам
Эмоциональная	Эмоциональная неустойчивость, усиление переживаний, повышенная чувствительность
Социальная	Формирование идентичности, поиск принадлежности к группе
Личностная	Стремление к самостоятельности, построение моральных ценностей

Пример анализа:
Преподаватель предлагает студентам вспомнить свои подростковые годы и обсудить, какие из перечисленных особенностей они испытывали.

Практическое задание:
Студенты анализируют педагогические ситуации, связанные с подростковым кризисом, и предлагают возможные решения.

Вопрос аудитории:
Как педагог может помочь подростку сформировать устойчивую самооценку?

---

2. Кризис идентичности и формирование самооценки (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **теорией Эрика Эриксона**, согласно которой **основной вызов подросткового возраста – поиск идентичности**.

Стадии формирования идентичности (по Джеймсу Марсии, оформляется в виде таблицы):

Статус идентичности	**Описание**	**Пример**

Диффузная идентичность	Нет чёткого понимания себя и своих целей	«Я не знаю, кем хочу быть»
Предрешённая идентичность	Следование чужим установкам	«Мне сказали, что я должен стать врачом»
Мораторий	Поиск себя, активные сомнения	«Я пробую разные направления, чтобы понять, что мне ближе»
Достигнутая идентичность	Осознание себя и своих целей	«Я осознал, что хочу заниматься педагогикой»

Практическое задание:
Студенты анализируют себя по модели Марсии и обсуждают, какие факторы повлияли на их выбор профессии.

---

3. Воспитательный потенциал педагога в работе с подростками (20 минут)

Преподаватель рассматривает, как педагог может **повлиять на личностное развитие подростков**.

Основные воспитательные функции педагога (оформляется в виде таблицы):

Функция	**Описание**	**Пример**
Формирование ценностей	Передача нравственных и моральных ориентиров	Педагог помогает подросткам осознать важность честности и ответственности
Развитие самостоятельности	Создание условий для принятия решений	Обучение навыкам критического мышления и анализа информации
Психологическая поддержка	Помощь подросткам в эмоциональных трудностях	Педагог замечает тревожные сигналы и вовремя оказывает поддержку

Практическое задание:
Студенты работают в парах:

- Один играет роль подростка, столкнувшегося с проблемой (конфликт с родителями, неуверенность в себе).
- Второй – педагога, который помогает найти конструктивное решение.

Вопрос аудитории:
Какие воспитательные приёмы лучше всего работают с подростками?

---

4. Стратегии эффективного взаимодействия с подростками (15 минут)

Преподаватель объясняет, что работа с подростками требует особых **педагогических стратегий**.

Ключевые стратегии (оформляется в виде таблицы):

Стратегия	**Описание**	**Пример**

Асертивное общение	Выражение мыслей без давления и агрессии	«Я вижу, что ты расстроен. Давай обсудим это»
Активное слушание	Умение выслушать подростка без критики	«Расскажи подробнее, почему ты так думаешь»
Создание доверительных отношений	Поддержка, безоценочное принятие	Педагог не осуждает подростка, а помогает разобраться в ситуации
Развитие критического мышления	Помощь в анализе информации, аргументации своих взглядов	Дискуссии на уроках, работа с источниками

Практическое задание:
Студенты работают в группах и разрабатывают **план взаимодействия с подростками в образовательном процессе**, учитывая принципы эмпатии и уважения.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии работы с подростками вам кажутся наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **подростковый возраст – это сложный, но важный этап формирования личности, и педагог играет ключевую роль в поддержке и воспитании подростков**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие ключевые особенности подросткового возраста выделяют психологи?
    - Какой основной кризис личности проходит подросток?
    - Какие стратегии помогают педагогу выстраивать доверительные отношения с подростками?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология школьной среды: влияние образовательной среды на развитие учащихся.*

Тема лекционного занятия 22.

Лидерство и организационная психология в образовательной сфере

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с основными теориями лидерства и их применением в образовательной среде.
- Рассмотреть особенности организационной психологии в сфере образования.
- Изучить роль педагогического лидерства в управлении образовательными учреждениями.
- Развить у студентов навыки эффективного лидерского взаимодействия в образовательной среде.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, групповая работа, дискуссия.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, тестирование лидерских качеств.
- **Методические приемы:** моделирование лидерских ситуаций, анализ образовательных организаций, разработка стратегий управления.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопросы студентам:
"Какие качества отличают хорошего лидера? Как лидерство влияет на эффективность образовательной организации?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Лидерство в образовании – это не только управление, но и способность вдохновлять, мотивировать и создавать условия для развития учащихся и педагогического коллектива.

---

1. Основные теории лидерства и их применение в образовании (15 минут)

Лидерство – это процесс влияния на группу людей для достижения целей.

Основные теории лидерства (оформляется в виде таблицы):

Теория	**Описание**	**Применение в образовании**
Теория черт	Лидер – человек с определёнными врождёнными качествами	Харизматичные педагоги и администраторы
Ситуационное лидерство	Лидер выбирает стиль управления в зависимости от ситуации	Гибкость в управлении классом или школой
Трансформационное лидерство	Лидер вдохновляет и мотивирует коллектив к развитию	Директор, изменяющий культуру школы
Служащее лидерство	Лидер ставит интересы коллектива выше своих	Учитель, создающий благоприятную среду для учащихся

Практическое задание:
Студенты анализируют лидерский стиль известных педагогов и обсуждают, какой стиль они считают наиболее эффективным.

Вопрос аудитории:
Какой стиль лидерства наиболее продуктивен в образовательной среде?

---

2. Организационная психология образовательной среды (20 минут)

Преподаватель рассматривает **ключевые аспекты организационной психологии в образовании**:

1. **Культура образовательной организации**
    - Ценности, традиции, нормы поведения.
    - Влияние на мотивацию и эффективность работы педагогов.

2. **Структура и динамика коллектива**
    - Формальные и неформальные группы.
    - Влияние групповой динамики на работу школы или университета.
3. **Психология управления**
    - Лидерские роли в образовательных организациях.
    - Методы мотивации сотрудников и студентов.

Практическое задание:
Студенты анализируют **структуру своей образовательной организации** и предлагают способы её оптимизации.

Вопрос аудитории:
Какие факторы влияют на продуктивность педагогического коллектива?

---

3. Лидерство в педагогической практике (20 минут)

Преподаватель объясняет, что лидерство в педагогике проявляется не только в управлении школой, но и в **взаимодействии с учениками, коллегами и родителями**.

Ключевые функции педагогического лидера (оформляется в виде таблицы):

Функция	**Описание**	**Пример**
Мотивация	Вдохновение учеников на развитие	Учитель, создающий проектную деятельность
Наставничество	Поддержка и развитие молодых педагогов	Опытные преподаватели помогают новым коллегам
Командообразование	Формирование сплочённого коллектива	Директор, организующий совместные мероприятия
Решение конфликтов	Управление сложными ситуациями	Учитель, предотвращающий конфликты в классе

Практическое задание:
Студенты моделируют **ситуации педагогического лидерства** и предлагают стратегии решения.

Вопрос аудитории:
Какие лидерские качества важны для современного педагога?

---

4. Развитие лидерских качеств у педагогов (15 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **методами развития лидерских навыков в образовании**.

Ключевые стратегии (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример**

Саморефлексия	Анализ своих лидерских качеств и зон роста	Ведение дневника профессионального развития
Обучение и тренинги	Развитие управленческих и коммуникативных навыков	Курсы по лидерству в образовании
Работа в команде	Развитие навыков сотрудничества	Ведение совместных образовательных проектов
Адаптивность	Гибкость в подходах к управлению	Использование ситуационного лидерства в классе

Практическое задание:
Студенты проходят **мини-тест на уровень лидерских компетенций** и обсуждают пути их развития.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие лидерские стратегии вы хотели бы развить в своей педагогической практике?»*
2. Итоговый вывод: **лидерство в образовательной среде – это не только управление, но и способность мотивировать, развивать и вдохновлять учащихся и коллег**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие теории лидерства существуют?
    - Как организационная культура влияет на образовательный процесс?
    - Какие лидерские функции выполняет педагог?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология профессионального саморазвития педагога.*

Тема лекционного занятия 23.

Психология убеждения и эффективных презентационных стратегий

Цели занятия:

- Изучить психологические механизмы убеждения и их применение в профессиональной деятельности.
- Рассмотреть основные стратегии влияния и аргументации.
- Ознакомить студентов с принципами создания эффективных презентаций.
- Развить навыки убедительной коммуникации и публичного выступления.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, моделирование презентационных ситуаций, ролевые игры.

- **Средства:** мультимедийная презентация, видеопримеры, тестирование ораторских способностей.
- **Методические приемы:** тренировка навыков убеждения, работа с аргументацией, практика создания и представления презентаций.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопросы студентам:
"Почему одни люди способны убедить аудиторию с первых слов, а другие теряют внимание слушателей? Какие техники убеждения работают лучше всего?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Психология убеждения – это наука о том, как эффективно доносить информацию, влиять на взгляды людей и вызывать нужную реакцию. В профессиональной деятельности педагога умение убеждать и презентовать свои идеи играет ключевую роль.

---

1. Основные механизмы убеждения и влияния (15 минут)

Убеждение – это процесс изменения взглядов, установок или поведения человека с помощью аргументации.

Классические механизмы убеждения (оформляется в виде таблицы):

Механизм	**Описание**	**Пример**
Принцип авторитета	Люди склонны доверять экспертам и признанным лидерам	Учитель, ссылающийся на мнение известных учёных
Принцип социального доказательства	Люди ориентируются на поведение других	«80% студентов уже прошли этот курс»
Принцип взаимности	Человек чувствует себя обязанным ответить на услугу	«Я помогу вам сейчас, а вы поддержите меня позже»
Принцип контраста	Представление информации так, чтобы одно выглядело выгоднее другого	Покупка товара кажется выгодной после демонстрации более дорогого аналога

Практическое задание:
Студенты анализируют рекламные или политические выступления и выделяют, какие механизмы убеждения используются.

Вопрос аудитории:
Какой из принципов убеждения, по вашему мнению, наиболее эффективен?

---

2. Аргументация и контраргументация в убеждающей речи (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **моделью аргументации Тулмина**, включающей:

1. **Тезис** – утверждение, которое необходимо доказать.
2. **Основание** – аргументы, подтверждающие тезис.
3. **Гарантия** – логическая связь между тезисом и основанием.
4. **Подкрепление** – дополнительные доказательства.
5. **Оговорка** – признание исключений.

Пример:
Тезис: «Образовательные технологии повышают успеваемость».

- Основание: «Исследования показывают, что студенты, использующие цифровые инструменты, учатся быстрее».
- Гарантия: «Эффективные методы обучения приводят к лучшим результатам».

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **убедительную аргументацию на заданную тему** (например, «Почему важно изучать психологию в педагогике?»).

Вопрос аудитории:
Какие ошибки чаще всего допускаются при аргументации?

3. Эффективные презентационные стратегии (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **успешное выступление зависит не только от содержания, но и от подачи материала**.

Ключевые элементы успешной презентации (оформляется в виде таблицы):

Элемент	**Описание**	**Пример**
Структура	Логичное построение выступления	Введение, основная часть, заключение
Визуальное сопровождение	Использование графиков, схем, ключевых фраз	Слайды с минимумом текста и наглядными диаграммами
Эмоциональный контакт	Умение удерживать внимание аудитории	Рассказывание историй, личные примеры
Жесты и голос	Интонация, паузы, выразительность	Медленный темп для акцентирования важных мыслей

Практическое задание:
Студенты создают **короткую презентацию на любую тему** и представляют её группе. После этого проводится анализ сильных и слабых сторон их выступления.

Вопрос аудитории:
Какие ошибки чаще всего совершают ораторы при публичных выступлениях?

---

4. Психологические приёмы воздействия на аудиторию (15 минут)

Преподаватель объясняет, что помимо логической аргументации **важно учитывать психологические аспекты восприятия информации**.

Основные приёмы (оформляется в виде таблицы):

Приём	**Описание**	**Пример**
Эффект первого впечатления	Люди быстро формируют мнение о выступающем	Важность первых секунд выступления
Сторителлинг	Использование историй для вовлечения	Рассказ о личном опыте, связанном с темой
Правило трёх	Представление информации в трёх основных пунктах	«Три причины изучать психологию»
Визуальный якорь	Образ, который запоминается	Символическая иллюстрация, поддерживающая основную идею

Практическое задание:
Студенты в парах разрабатывают **короткое убеждающее выступление**, используя один из рассмотренных психологических приёмов.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии убеждения и презентации вам кажутся наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **успех убеждения зависит от аргументации, подачи материала и эмоционального контакта с аудиторией**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие основные механизмы убеждения существуют?
    - Как эффективно структурировать аргументированное выступление?
    - Какие приёмы помогают удерживать внимание аудитории?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология самопрезентации и развитие уверенности в публичных выступлениях.*

Тема лекционного занятия 24.

Применение арт-терапевтических методик в образовательном процессе

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с концепцией арт-терапии и её ролью в образовательной среде.
- Рассмотреть основные виды и техники арт-терапии, применяемые в педагогике.
- Изучить влияние арт-терапевтических методик на эмоциональное состояние и когнитивное развитие учащихся.
- Развить у студентов навыки использования арт-терапии в учебной и воспитательной деятельности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, работа с примерами, анализ кейсов, практическое применение методик.

- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, арт-терапевтические упражнения.
- **Методические приемы:** работа с личным творческим опытом, моделирование образовательных ситуаций, анализ влияния искусства на психоэмоциональное состояние.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопросы студентам:
"Каким образом творчество помогает справляться со стрессом? Используете ли вы искусство как способ самовыражения?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Арт-терапия – это метод психологической коррекции и развития, который помогает учащимся выражать эмоции, осознавать внутренние переживания и формировать позитивное отношение к обучению.

---

1. Концепция арт-терапии и её применение в образовании (15 минут)

Арт-терапия – это **направление психотерапии и педагогики**, использующее искусство для самовыражения, эмоциональной регуляции и коррекции поведения.

Основные цели арт-терапии в образовании (оформляется в виде таблицы):

Цель	Описание	Пример
Эмоциональная разгрузка	Помогает справляться с тревожностью и стрессом	Рисование после напряжённого урока
Развитие креативности	Стимулирует воображение и нестандартное мышление	Создание коллажа на тему «Школа мечты»
Коррекция поведения	Способствует саморегуляции, снижает агрессию и тревожность	Мандалотерапия для работы с импульсивностью
Формирование самооценки	Развитие уверенности через творческий процесс	Создание «дневника успехов» в формате комиксов

Практическое задание:
Студенты выполняют **экспресс-упражнение «Линия эмоций»** – рисуют свою текущую эмоциональную линию в виде цветов, форм, символов, а затем анализируют её.

Вопрос аудитории:
Как творчество может помочь учащимся справляться с трудностями в обучении?

---

2. Виды и техники арт-терапии в образовательном процессе (20 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **различными видами арт-терапии и их применением** в обучении.

Основные техники (оформляется в виде таблицы):

Вид арт-терапии	Описание	Применение в образовании
Изотерапия (рисование)	Визуальное выражение эмоций через рисунок	Уроки самопознания, работа с тревожностью
Мандалотерапия	Символическое рисование кругов и узоров	Снятие стресса, развитие концентрации
Музыкальная терапия	Восприятие и создание музыки	Развитие эмоциональной сферы, улучшение памяти
Библиотерапия	Чтение и обсуждение художественных текстов	Развитие эмпатии и критического мышления
Драматерапия	Проживание эмоций через театральные техники	Развитие уверенности, социализация

Практическое задание:
Студенты выбирают одну из техник и создают мини-занятие по её использованию в образовательном процессе.

Вопрос аудитории:
Какие виды арт-терапии могут быть наиболее полезны для разных категорий учащихся?

---

3. Влияние арт-терапии на когнитивное и эмоциональное развитие учащихся (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **арт-терапия способствует не только эмоциональному благополучию, но и когнитивному развитию**.

Основные эффекты арт-терапии (оформляется в виде таблицы):

Воздействие	Описание	Пример
Развитие памяти и внимания	Усиление концентрации и способности запоминать информацию	Упражнения с музыкой и цветами для запоминания материала
Регуляция эмоций	Снижение тревожности, агрессии	Рисование как способ управления стрессом
Социализация	Улучшение коммуникации в коллективе	Совместные арт-проекты в классе

Практическое задание:
Студенты обсуждают примеры из личного опыта, когда творчество помогало им справляться с эмоциональными трудностями.

Вопрос аудитории:
Каким образом арт-терапия может помочь в работе с детьми с особыми образовательными потребностями?

---

4. Практическое применение арт-терапии в образовательной деятельности (15 минут)

Преподаватель знакомит студентов с методами **внедрения арт-терапии в школьную программу и внеурочную деятельность**.

Способы внедрения (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример применения**
Творческие паузы	Использование коротких арт-практик в течение дня	5 минут рисования перед началом урока
Проектные занятия	Создание образовательных проектов с элементами творчества	Создание видеороликов, театральных постановок
Интерактивные упражнения	Игровые форматы с элементами арт-терапии	Разработка комиксов на учебную тему
Групповая арт-терапия	Коллективные арт-мероприятия для повышения сплочённости	Совместное создание фрески «Наш класс»

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **арт-терапевтическую методику для школьного урока** и представляют её группе.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие арт-терапевтические методики вам кажутся наиболее эффективными для работы с учащимися?»*
2. Итоговый вывод: **арт-терапия – это мощный инструмент для развития, коррекции поведения и поддержки эмоционального состояния учеников**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие виды арт-терапии используются в образовании?
    - Как арт-терапия влияет на эмоциональное состояние учащихся?
    - Как можно интегрировать арт-терапию в учебный процесс?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психологическая поддержка педагогов: профилактика стресса и выгорания.*

Тема лекционного занятия 25.

Когнитивные искажения и развитие критического мышления у обучающихся

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с концепцией когнитивных искажений и их влиянием на восприятие информации.
- Рассмотреть механизмы критического мышления и его значение в образовательном процессе.
- Изучить способы коррекции когнитивных искажений у обучающихся.
- Развить у студентов навыки анализа информации и аргументированной оценки.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, работа в группах, обсуждение примеров из СМИ и социальных сетей.

- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, тестирование уровня критического мышления.
- **Методические приемы:** разбор типичных когнитивных ошибок, моделирование образовательных ситуаций, упражнения на распознавание манипуляций.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Как часто вы сталкиваетесь с информацией, которая кажется правдоподобной, но потом оказывается ложной? Почему мы иногда совершаем нелогичные поступки?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Когнитивные искажения – это систематические ошибки мышления, которые влияют на наши решения и суждения. В образовательном процессе критическое мышление помогает анализировать информацию и избегать когнитивных ловушек.

---

1. Когнитивные искажения: понятие и основные виды (15 минут)

Когнитивные искажения – это **ошибки мышления, приводящие к иррациональным решениям и предвзятым суждениям**.

Основные виды когнитивных искажений (оформляется в виде таблицы):

Искажение	**Описание**	**Пример**
Эффект подтверждения	Поиск информации, подтверждающей уже существующую точку зрения	Человек читает только те новости, которые соответствуют его взглядам
Эффект первенства	Первое впечатление влияет на дальнейшее восприятие	Первые 10 минут лекции определяют отношение к преподавателю
Эффект Даннинга-Крюгера	Люди с низким уровнем знаний переоценивают свои способности	Новички считают себя экспертами после минимального обучения
Ошибка выжившего	Игнорирование неудачных случаев, фокус только на успешных	«Многие бросили университет и стали миллионерами» (но не учитываются тысячи неудачных случаев)
Групповое мышление	Склонность соглашаться с мнением группы	Учащиеся повторяют за лидером, даже если решение ошибочное

Практическое задание:
Студенты анализируют примеры из социальных сетей или новостей, выделяя когнитивные искажения.

Вопрос аудитории:
Какие когнитивные искажения чаще всего встречаются в повседневной жизни?

---

2. Развитие критического мышления у обучающихся (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **критическое мышление – это способность анализировать информацию, аргументированно рассуждать и делать выводы на основе фактов**.

Основные принципы критического мышления (оформляется в виде таблицы):

Принцип	**Описание**	**Пример**
Скептицизм	Проверка информации перед принятием на веру	Анализ источников новостей
Аргументированность	Поддержка мнения фактами и логикой	Использование данных, а не эмоций в дискуссии
Логическое мышление	Способность выявлять ошибки в рассуждениях	Опровержение ложных корреляций («чем больше мороженого едят, тем больше утоплений» – но причина в погоде)
Открытость к новой информации	Готовность пересматривать взгляды при наличии новых данных	Научное знание развивается через сомнение и исследования

Практическое задание:
Студенты анализируют фейковые новости и обсуждают, какие когнитивные ошибки были использованы для манипуляции.

Вопрос аудитории:
Как научить школьников критически оценивать информацию в интернете?

---

3. Методы коррекции когнитивных искажений (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **искажения мышления можно корректировать через осознанность, анализ информации и логические упражнения**.

Методы преодоления когнитивных искажений (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример**
Саморефлексия	Осознание своих предвзятостей и ошибок мышления	Ведение дневника размышлений
Фактчекинг	Проверка информации по достоверным источникам	Использование нескольких независимых источников
Сократовский метод	Постановка уточняющих вопросов	«Каковы доказательства этого утверждения?»
Логический анализ	Разбор аргументов на предмет логических ошибок	Анализ дискуссий и выявление подмены понятий

Практическое задание:
Студенты работают в парах:

- Один предлагает тезис с когнитивным искажением.
- Второй должен его опровергнуть, используя логические доводы.

Вопрос аудитории:
Как можно научить школьников избегать манипуляций и ложных убеждений?

---

4. Интерактивные методы развития критического мышления у учащихся (15 минут)

Преподаватель рассматривает **педагогические техники, развивающие критическое мышление в образовательном процессе**.

Методы (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример применения**
Дебаты	Развитие навыков аргументации через дискуссии	Спор на тему «Полезны ли цифровые технологии для обучения?»
Кейс-метод	Анализ реальных ситуаций и поиск решений	Разбор новостных заголовков на достоверность
Рефлексия	Осознание своих мыслительных процессов	Написание эссе «Как я изменил своё мнение о…»
Анализ логических ошибок	Выявление некорректных аргументов	Разбор политических заявлений на предмет манипуляций

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **урок по критическому мышлению для школьников** и презентуют его группе.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Как когнитивные искажения влияют на учебный процесс и принятие решений?»*
2. Итоговый вывод: **критическое мышление помогает анализировать информацию, избегать манипуляций и принимать обоснованные решения**.
3. Вопросы для самопроверки:
    - Каковы основные когнитивные искажения?
    - Как критическое мышление помогает бороться с манипуляциями?
    - Какие методы можно использовать для развития критического мышления у обучающихся?
4. Подготовка к следующей лекции: *Применение психологических знаний в профессиональном развитии педагога.*

Тема лекционного занятия 26.

Психологические аспекты цифровой зависимости и информационной перегрузки

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с понятием цифровой зависимости и её проявлениями.
- Рассмотреть влияние информационной перегрузки на когнитивные процессы и психическое здоровье.
- Изучить механизмы формирования цифровой зависимости и способы её коррекции.
- Развить у студентов навыки цифровой гигиены и управления информационными потоками.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, групповая дискуссия, тестирование уровня цифровой зависимости.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, интерактивные упражнения.
- **Методические приемы:** анализ реальных случаев цифровой зависимости, практическое моделирование стратегии цифрового баланса, рефлексия использования цифровых технологий.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Сколько часов в день вы проводите в телефоне? Можете ли вы полностью отказаться от гаджетов хотя бы на один день?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Цифровая зависимость и информационная перегрузка – это современные вызовы, которые влияют на когнитивные функции, эмоциональное состояние и социальное поведение человека.

---

1. Понятие цифровой зависимости и её основные формы (15 минут)

Цифровая зависимость – это патологическое стремление к использованию цифровых технологий, которое приводит к ухудшению психоэмоционального состояния и снижению продуктивности.

Основные виды цифровой зависимости (оформляется в виде таблицы):

Вид зависимости	**Описание**	**Пример**
Интернет-зависимость	Неспособность контролировать время, проводимое в сети	Бесконечный просмотр видео, бесцельный серфинг
Социальные сети	Навязчивая потребность проверять обновления и лайки	Проверка уведомлений каждые несколько минут
Игровая зависимость	Чрезмерное увлечение компьютерными играми	Игнорирование учёбы и работы ради игры
Зависимость от смартфона	Страх остаться без телефона (номофобия)	Постоянное ношение телефона даже в ванной

Практическое задание:
Студенты тестируют себя с помощью шкалы цифровой зависимости и обсуждают свои результаты.

Вопрос аудитории:
Каковы основные признаки того, что человек теряет контроль над использованием цифровых технологий?

---

2. Влияние цифровой зависимости на когнитивные функции и психическое здоровье (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **чрезмерное использование цифровых технологий влияет на основные когнитивные процессы**.

Негативные последствия (оформляется в виде таблицы):

Последствия	**Описание**	**Пример**
Снижение концентрации внимания	Частая смена информации мешает удержанию фокуса	Трудности при чтении длинных текстов
Проблемы с памятью	Доверие памяти гаджетов снижает когнитивные функции	«Эффект Google» – отсутствие необходимости запоминать информацию
Ухудшение сна	Голубой свет экранов подавляет выработку мелатонина	Бессонница из-за вечернего использования телефона
Социальная изоляция	Зависимость от онлайн-общения снижает навыки живой коммуникации	Молодёжь предпочитает мессенджеры живому общению

Практическое задание:
Студенты анализируют свои цифровые привычки и обсуждают, как они влияют на их внимание, память и социальные связи.

Вопрос аудитории:
Как можно минимизировать негативное влияние гаджетов, не отказываясь от их использования?

---

3. Информационная перегрузка: причины и последствия (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **информационная перегрузка – это избыток поступающей информации, который превышает возможности её обработки мозгом**.

Основные причины информационной перегрузки:

1. **Бесконечный поток новостей и уведомлений.**
2. **Частая смена задач и многозадачность.**
3. **Избыточное потребление контента без фильтрации.**

Последствия (оформляется в виде таблицы):

Влияние	**Описание**	**Пример**
Дефицит внимания	Мозг перестаёт эффективно фильтровать информацию	Ощущение рассеянности после чтения новостей
Чувство тревоги	Избыток негативной информации вызывает стресс	Ощущение «катастрофы» из-за новостных лент

Прокрастинация	Информационный хаос мешает начать работу	Откладывание задач из-за перегрузки данных

Практическое задание:
Студенты анализируют свои источники информации и определяют, какие из них создают перегрузку.

Вопрос аудитории:
Как можно уменьшить объём потребляемой информации, сохранив её качество?

---

4. Методы цифровой гигиены и управления информацией (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **соблюдение цифровой гигиены помогает минимизировать негативное влияние технологий**.

Методы цифровой гигиены (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример применения**
Тайм-менеджмент экранного времени	Ограничение времени, проводимого за гаджетами	Приложения для контроля времени в соцсетях
Дни без гаджетов	Осознанные паузы от цифровых устройств	Один день в неделю без телефона
Фильтрация информации	Исключение ненужного контента	Отписка от новостных каналов, вызывающих тревогу
Развитие осознанного потребления контента	Выбор качественной информации вместо бесцельного потребления	Чтение книг вместо скроллинга соцсетей

Практическое задание:
Студенты разрабатывают **личный план цифровой гигиены**, включающий ограничение экранного времени и фильтрацию информационного потока.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии цифровой гигиены вам кажутся наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **цифровая зависимость и информационная перегрузка – это вызовы современности, но осознанное использование технологий помогает минимизировать их влияние.**
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие виды цифровой зависимости существуют?
    - Как информационная перегрузка влияет на когнитивные функции?
    - Какие методы помогают соблюдать цифровую гигиену?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психологическая адаптация к изменениям и развитие стрессоустойчивости.*

Тема лекционного занятия 27.

Психология саморегуляции и профилактика эмоционального истощения педагога

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с понятием саморегуляции и её значением в педагогической деятельности.
- Рассмотреть причины и симптомы эмоционального истощения у педагогов.
- Изучить методы профилактики стресса и эмоционального выгорания.
- Развить у студентов навыки саморегуляции и стрессоустойчивости в профессиональной среде.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ кейсов, групповая дискуссия, практические упражнения по саморегуляции.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, тестирование уровня стресса и эмоционального выгорания.
- **Методические приемы:** моделирование стрессовых ситуаций, тренинг саморегуляции, разбор стратегий профилактики истощения.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Чувствовали ли вы когда-нибудь, что ваша работа или учёба истощают вас эмоционально? Как вы справляетесь со стрессом?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Психологическая саморегуляция – это система приёмов и техник, позволяющая управлять своими эмоциями, стрессом и восстанавливать ресурсы, что особенно важно для педагогов, подверженных высокому уровню эмоциональной нагрузки.

---

1. Понятие саморегуляции и её значение для педагога (15 минут)

Саморегуляция – это способность **управлять своими эмоциями, поведением и энергией в стрессовых ситуациях**.

Компоненты саморегуляции (оформляется в виде таблицы):

Компонент	**Описание**	**Пример**
Эмоциональная регуляция	Управление своими эмоциями	Спокойная реакция на конфликт с учеником
Когнитивная регуляция	Контроль мыслительных процессов	Осознание и замена деструктивных мыслей
Физическая регуляция	Поддержка здоровья и энергетического баланса	Регулярные перерывы, физическая активность

Практическое задание:
Студенты проводят **самооценку уровня саморегуляции**, оценивая, какие стратегии они уже используют, а какие требуют развития.

Вопрос аудитории:
Как можно развивать навыки саморегуляции в повседневной жизни?

---

2. Причины и симптомы эмоционального истощения педагога (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **эмоциональное истощение – это следствие хронического стресса и перегрузки**.

Основные причины эмоционального истощения:

1. Высокая ответственность и нагрузка.
2. Эмоционально насыщенная работа с учениками и родителями.
3. Недостаток признания и поддержки.
4. Нехватка времени на отдых и восстановление.

Симптомы эмоционального истощения (оформляется в виде таблицы):

Симптом	**Описание**	**Пример**
Физическое истощение	Постоянное чувство усталости, снижение энергии	Человек засыпает на ходу, не ощущает бодрости
Эмоциональное выгорание	Потеря интереса к работе, апатия	Учитель перестаёт радоваться успехам учеников
Цинизм и дистанцированность	Негативное отношение к работе и ученикам	«Меня уже ничто не удивляет, всё бесполезно»
Снижение эффективности	Потеря мотивации и продуктивности	Ошибки в работе, снижение концентрации

Практическое задание:
Студенты проходят **тест на уровень эмоционального истощения** и обсуждают результаты.

Вопрос аудитории:
Как можно вовремя распознать эмоциональное истощение и предотвратить его развитие?

---

3. Методы профилактики стресса и выгорания у педагогов (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **предотвращение истощения требует комплексного подхода**.

Основные методы профилактики (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Пример**
Эмоциональная гигиена	Осознание своих эмоций, их своевременная отработка	Запись мыслей и чувств в дневник
Развитие осознанности	Практики осознанности помогают снижать уровень стресса	Медитация, дыхательные упражнения
Физическая активность	Умеренные физические нагрузки способствуют восстановлению	Йога, прогулки, плавание
Границы в работе	Разделение работы и личной жизни	Не отвечать на рабочие сообщения в выходные

Практическое задание:
Студенты составляют **персональный план профилактики эмоционального истощения**.

Вопрос аудитории:
Какие методы профилактики вам кажутся наиболее эффективными?

4. Техники саморегуляции и восстановления ресурсов (15 минут)

Преподаватель знакомит студентов с **техниками быстрого восстановления эмоционального состояния**.

Практические техники саморегуляции (оформляется в виде таблицы):

Техника	**Описание**	**Применение**
Дыхательные упражнения	Контроль дыхания помогает снизить стресс	Метод 4-7-8: вдох 4 секунды, задержка 7, выдох 8
Техника «стоп-реакции»	Остановка импульсивной реакции перед ответом	3 секунды на осознание эмоций перед реакцией
Метод позитивной рефрейминга	Переформулирование ситуации в позитивном ключе	Вместо «У меня сложный класс» → «Я учусь решать трудные ситуации»
Техники расслабления	Физическое расслабление снижает эмоциональное напряжение	Прогрессивная мышечная релаксация

Практическое задание:
Студенты выполняют **упражнение на осознанное дыхание** и обсуждают его эффект.

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие стратегии саморегуляции вам кажутся наиболее эффективными?»*
2. Итоговый вывод: **педагогическая деятельность связана с высокой эмоциональной нагрузкой, но использование техник саморегуляции помогает сохранять энергию и баланс.**
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие симптомы указывают на эмоциональное истощение?
    - Какие методы помогают предотвратить профессиональное выгорание?
    - Какие техники саморегуляции можно применять в повседневной жизни?
4. Подготовка к следующей лекции: *Психология профессионального саморазвития и личностного роста педагога.*

Тема лекционного занятия 28.

Будущее психологии: трансформация личности в цифровую эпоху

Цели занятия:

- Ознакомить студентов с влиянием цифровых технологий на личность и психологические процессы.
- Рассмотреть основные изменения в самовосприятии, коммуникации и социальном взаимодействии в цифровую эпоху.
- Изучить вызовы и возможности, связанные с цифровизацией психологии и трансформацией личности.
- Развить у студентов критическое мышление в отношении психологических аспектов цифровизации.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** объяснительно-иллюстративный, анализ научных исследований, дискуссионные упражнения, работа с кейсами.
- **Средства:** мультимедийная презентация, видеоматериалы, тестирование уровня цифрового влияния.
- **Методические приемы:** обсуждение научных и футурологических прогнозов, моделирование психологических сценариев будущего, практическая рефлексия цифровой идентичности.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт студентам вопросы:
"Как цифровые технологии изменили вашу личность и стиль общения? Можно ли говорить о цифровом «я» как новой форме идентичности?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Цифровая эпоха оказывает глубокое влияние на личность, создавая новые формы идентичности, поведения и социального взаимодействия. Будущее психологии связано с изучением этих трансформаций и их последствий.

---

1. Влияние цифровых технологий на личность и идентичность (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **цифровая трансформация затрагивает фундаментальные аспекты личности**.

Ключевые изменения в самовосприятии (оформляется в виде таблицы):

Аспект	**Изменение**	**Пример**
Самоидентификация	Создание онлайн-личности, несоответствующей реальной	Фильтрация контента в соцсетях для создания идеального образа
Цифровой нарциссизм	Завышенная значимость лайков и подписчиков	Зависть к блогерам, тревога из-за недостатка лайков
Размытость границ между реальным и виртуальным миром	Влияние онлайн-опыта на реальные решения	Восприятие успеха через цифровые достижения (рейтинги, статус в игре)

Практическое задание:
Студенты анализируют, насколько их онлайн-личность совпадает с реальным «я».

Вопрос аудитории:
Как цифровая идентичность влияет на самооценку и личностное развитие?

---

2. Цифровая коммуникация и изменения социальных связей (20 минут)

Преподаватель рассматривает, как цифровые технологии меняют взаимодействие между людьми.

Основные сдвиги в коммуникации (оформляется в виде таблицы):

Сдвиг	**Описание**	**Пример**
Сокращение живого общения	Перенос общения в онлайн-пространство	Вместо звонков – переписка
Рост анонимности и агрессии	Снижение ответственности за слова	Хейт в комментариях, кибербуллинг
Эффект цифрового присутствия	Ощущение «онлайн-наблюдения»	Боязнь удалить соцсети из-за страха потерять контакты

Практическое задание:
Студенты обсуждают, какие аспекты цифровой коммуникации они считают наиболее проблемными и как их можно регулировать.

Вопрос аудитории:
Как можно сохранить баланс между онлайн- и офлайн-общением?

---

3. Трансформация когнитивных процессов в цифровую эпоху (20 минут)

Преподаватель объясняет, что **цифровая среда влияет на внимание, память, мышление и способность к анализу информации**.

Когнитивные изменения (оформляется в виде таблицы):

Процесс	**Изменение**	**Пример**
Внимание	Фрагментированность восприятия, клиповое мышление	Трудности с чтением длинных текстов
Память	Зависимость от цифровых устройств	Эффект Google – информация не запоминается, а гуглится
Критическое мышление	Снижение навыков анализа информации	Вера в фейковые новости без проверки источников

Практическое задание:
Студенты тестируют себя на уровень цифрового влияния (например, сколько информации они помнят без гаджетов).

Вопрос аудитории:
Как можно развивать критическое мышление в условиях информационного шума?

---

4. Будущее психологии: вызовы и перспективы (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **развитие технологий создаёт новые психологические вызовы и перспективы**.

Футурологические прогнозы (оформляется в виде таблицы):

Направление	**Возможные изменения**	**Последствия**
Искусственный интеллект	Виртуальные терапевты и алгоритмы диагностики	Изменение подходов к психологическому консультированию
Нейроинтерфейсы	Взаимодействие мозга с компьютерами	Возможность «подключать» сознание к цифровой среде
Цифровая личность	Создание аватаров и цифровых копий личности	Этические вопросы цифрового бессмертия

Практическое задание:
Студенты разрабатывают прогноз о том, как психология изменится через 20 лет, и представляют свои идеи в формате дискуссии.

Вопрос аудитории:
Как технологии могут изменить понимание личности и идентичности в будущем?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие изменения в психологии человека кажутся вам самыми значимыми в цифровую эпоху?»*
2. Итоговый вывод: **цифровая трансформация создаёт как возможности, так и риски для личности, и психология будущего должна адаптироваться к этим изменениям.**
3. Вопросы для самопроверки:
    - Как цифровая идентичность влияет на личность?
    - Какие когнитивные изменения происходят в цифровую эпоху?
    - Какие вызовы стоят перед психологией в будущем?
4. Подготовка к следующей лекции: *Этика и моральные дилеммы в цифровой психологии.*

Тема лекционного занятия 29.

Обобщение и интеграция психологических знаний в профессиональную деятельность

Цели занятия:

- Систематизировать и закрепить знания, полученные в рамках курса по психологии.
- Рассмотреть ключевые психологические концепции, имеющие значение для профессиональной деятельности.
- Развить у студентов способность применять психологические знания в образовательном процессе и в межличностном взаимодействии.
- Провести анализ полученных знаний через практическое моделирование профессиональных ситуаций.

Методы и средства обучения, основные методические приемы:

- **Методы:** проблемно-ориентированный, дискуссионный, анализ кейсов, работа с примерами из практики.
- **Средства:** мультимедийная презентация, схемы и таблицы, тестирование уровня интеграции психологических знаний.
- **Методические приемы:** обсуждение применения психологических концепций в профессиональной среде, анализ кейсов, моделирование ситуаций.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в лекцию (5-7 минут)

Преподаватель задаёт вопросы студентам:
"Какие темы курса показались вам наиболее полезными? Какие психологические знания уже начали применять в своей профессиональной деятельности?"

После обсуждения преподаватель подводит к теме:
Психологические знания помогают не только понимать себя и окружающих, но и эффективно применять их в профессиональной деятельности. Сегодняшнее занятие посвящено обобщению материала и интеграции знаний в практику.

---

1. Ключевые концепции психологии для профессиональной деятельности (15 минут)

Преподаватель проводит краткий обзор основных тем курса, систематизируя их в **ключевые направления применения**.

Обобщённые знания (оформляется в виде таблицы):

Направление	**Основные концепции**	**Применение в профессии**
Когнитивная психология	Внимание, память, критическое мышление	Развитие познавательных стратегий у обучающихся
Эмоциональный интеллект	Управление эмоциями, эмпатия, саморегуляция	Поддержка благоприятного эмоционального климата в коллективе
Социальная психология	Влияние группы, стереотипы, конфликты	Управление межличностными отношениями, работа с родителями
Психология мотивации	Внутренняя и внешняя мотивация, теория самоэффективности	Формирование учебной мотивации
Психология стресса	Профилактика выгорания, стратегии саморегуляции	Сохранение профессионального здоровья

Практическое задание:
Студенты выбирают **одну концепцию психологии**, обсуждают её значение для профессиональной деятельности и представляют своё видение её применения.

Вопрос аудитории:
Какое направление психологии вы считаете наиболее важным для вашей профессиональной деятельности?

---

2. Интеграция психологических знаний в практику (20 минут)

Преподаватель объясняет, что применение психологических знаний в профессии требует **гибкости мышления и адаптации теоретических концепций к реальным ситуациям**.

Модели интеграции (оформляется в виде таблицы):

Подход	**Описание**	**Пример**
Адаптация методов психологии в обучении	Использование знаний о когнитивных процессах для улучшения образовательного процесса	Применение техник активного обучения и вовлечения
Применение знаний о мотивации	Формирование учебной мотивации через интерес и вовлечённость	Использование геймификации в образовательном процессе
Использование эмоционального интеллекта	Создание комфортной образовательной среды	Поддержка учеников через эмпатию и конструктивную коммуникацию
Работа с конфликтами	Управление конфликтами в профессиональной среде	Решение споров с коллегами и родителями через диалог

Практическое задание:
Студенты работают в группах и моделируют **конкретную профессиональную ситуацию**, используя психологические знания для её решения.

Вопрос аудитории:
Какие психологические навыки помогают в разрешении профессиональных трудностей?

---

3. Анализ кейсов: применение психологии в сложных профессиональных ситуациях (20 минут)

Преподаватель предлагает студентам разобрать **реальные кейсы**, требующие психологического подхода.

Кейсы для анализа (оформляется в виде таблицы):

Ситуация	**Психологический аспект**	**Возможное решение**
Учащийся теряет интерес к занятиям	Недостаток мотивации, низкая самооценка	Использование методов вовлечения, позитивное подкрепление
Конфликт между коллегами	Взаимное непонимание, эмоциональная напряжённость	Активное слушание, медиативные техники

Педагог испытывает профессиональное выгорание	Эмоциональное истощение, перегрузка	Развитие навыков саморегуляции, техники управления стрессом

Практическое задание:
Студенты в группах анализируют кейсы и представляют возможные решения с использованием психологических знаний.

Вопрос аудитории:
Как психологические знания помогают находить нестандартные решения в профессиональной деятельности?

---

4. Саморазвитие через психологические знания (15 минут)

Преподаватель объясняет, что **психологическая компетентность требует постоянного обновления и развития**.

Методы саморазвития (оформляется в виде таблицы):

Метод	**Описание**	**Применение**
Рефлексия	Анализ собственных мыслей и эмоций	Ведение профессионального дневника
Обучение и чтение	Регулярное изучение новых психологических исследований	Чтение статей, посещение тренингов
Психологическая гигиена	Эмоциональная саморегуляция и стресс-менеджмент	Развитие осознанности, релаксационные практики
Коммуникативная практика	Отработка психологических навыков через общение	Участие в дебатах, тренингах по публичным выступлениям

Практическое задание:
Студенты составляют **персональный план интеграции психологических знаний в свою профессиональную деятельность**.

Вопрос аудитории:
Как можно продолжать развивать психологическую компетентность после окончания курса?

Заключение лекции (5 минут)

1. Вопрос студентам: *«Какие знания из курса психологии оказались для вас наиболее полезными?»*
2. Итоговый вывод: **психология – это не только теория, но и мощный инструмент для решения профессиональных задач, управления эмоциями и развития личности.**
3. Вопросы для самопроверки:
    - Какие ключевые психологические концепции наиболее важны для профессиональной деятельности?
    - Как можно использовать психологические знания в реальных ситуациях?

- Какие методы помогут продолжать развивать психологическую компетентность?

4. Подготовка к заключительной лекции: *Итоговая дискуссия: психология как инструмент профессионального роста.*

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия 1: Предмет и методы психологии: научный подход к изучению психики

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ различий между научной и житейской психологией.

- **Практикум по решению задач**: определение методов исследования психики для различных ситуаций.
- **Работа с текстами**: анализ фрагментов классических исследований в психологии.
- **Ролевая игра**: моделирование научного эксперимента.

Вопросы к обсуждению:

1. В чем заключается предмет изучения психологии? Как его трактуют разные школы психологии?
2. Каковы основные отличия научной и житейской психологии? Почему интуитивные представления о психике часто ошибочны?
3. Почему важно использовать научные методы при изучении психических процессов?
4. Какие методы исследования психики считаются наиболее достоверными?
5. В чем различие между **экспериментальным, корреляционным и клиническим методами**?
6. Какие трудности возникают при изучении психики? Можно ли исследовать сознание объективно?
7. Как соотносятся такие понятия, как поведение и психика? Может ли психология быть объективной наукой?
8. Каковы этические принципы проведения психологических исследований? Какие известные эксперименты нарушили эти принципы?
9. Как влияют современные технологии (например, нейровизуализация) на развитие методов психологии?
10. Какие выводы можно сделать о роли психологии как науки в современном мире?

Темы контрольных работ:

1. Сравнительный анализ научной и житейской психологии.
2. Обзор основных методов исследования психики и их сравнительная характеристика.
3. Этические проблемы в психологических исследованиях.
4. Историческая эволюция методов психологии.
5. Влияние технологий на развитие экспериментальной психологии.

Темы проектов:

1. **Разработка гипотезы и методики исследования психики**: студенты создают **макет научного исследования**, выбирая метод и объект изучения.
2. **Разбор известного психологического эксперимента**: презентация с анализом результатов, последствий и этических аспектов.

3. **Создание интерактивного учебного пособия**: презентация или инфографика о методах психологии для школьников.
4. **Исследование повседневных когнитивных ошибок**: наблюдение за окружающими и фиксация проявлений житейской психологии.
5. **Психология и искусственный интеллект**: исследование возможностей применения методов психологии в ИИ.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Выбор метода»

Задание:
Студенты получают карточки с различными ситуациями (например, изучение влияния стресса на память, исследование уровня тревожности, выявление причин агрессивного поведения). Они должны **выбрать наиболее подходящий метод исследования** и обосновать свой выбор.

Пример ситуаций:

- Как узнать, влияет ли музыка на запоминание информации?
- Какие методы можно использовать для изучения детских страхов?
- Как изучить влияние стиля воспитания на уровень самооценки подростка?

---

2. Разбор научных текстов

Задание:
Студенты читают **фрагменты классических исследований** (например, Уотсон, Фрейд, Скиннер) и **анализируют используемые методы**.

- Какой метод был применен?
- Какие были ограничения у этого метода?
- Можно ли воспроизвести этот эксперимент сегодня?

---

3. Ролевая игра «Психологическое исследование в действии»

Задание:
Студенты делятся на **группы**. Каждая группа разрабатывает **мини-исследование**, включая:

- **гипотезу**,
- **метод**,
- **процедуру сбора данных**,
- **этические аспекты**.

После представления идей обсуждаются **сильные и слабые стороны каждого метода**.

Требования к выполнению практического задания:

1. Все задания должны основываться на **научном подходе**, а не на субъективных представлениях.
2. Важно аргументировать **выбор метода** исследования.
3. При анализе реальных исследований следует учитывать **этические нормы**.
4. В обсуждении следует уделять внимание **реальной применимости психологических методов в жизни**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему нельзя доверять интуиции в изучении психики? Можно ли объективно исследовать эмоции?
- **Эвристическая беседа**: Студенты самостоятельно приходят к выводам о **разнице между разными методами психологии**.
- **Групповая работа**: Обсуждение ситуаций и подбор методов исследования.
- **Анализ кейсов**: Разбор реальных примеров научных исследований и их критическая оценка.

Тема занятия 2: Теории личности в психологии: от классики к современности

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: сравнительный анализ различных теорий личности.
- **Практикум по решению задач**: определение теоретических подходов к анализу личности по кейсам.

- **Работа с текстами**: анализ ключевых работ классических и современных теорий личности.
- **Ролевая игра**: моделирование поведения личности в различных теориях.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое личность и как её определяют различные психологические школы?
2. Какие теории личности являются классическими? Как они повлияли на развитие психологии?
3. Чем различаются психодинамическая, гуманистическая и когнитивная концепции личности?
4. Какие преимущества и ограничения у теорий Фрейда, Юнга, Адлера?
5. Какова роль бессознательного в формировании личности? Насколько этот аспект значим в современной психологии?
6. Как «Большая пятёрка» (Big Five) изменила представления о структуре личности?
7. Какие теории наиболее применимы в практической психологии?
8. Как социальные и культурные факторы влияют на развитие личности?
9. Какие современные исследования подтверждают или опровергают классические теории личности?
10. Как знание теорий личности помогает в педагогической практике и межличностных отношениях?

Темы контрольных работ:

1. Анализ различий между психодинамическими и когнитивными теориями личности.
2. Влияние социальных факторов на формирование личности в различных концепциях.
3. Эволюция научных взглядов на личность от Фрейда до нейропсихологии.
4. Критика типологических теорий личности.
5. Сравнение теории черт личности (Айзенк, Кеттелл) и модели «Большой пятёрки».

Темы проектов:

1. **«Карта личности»** – студенты выбирают теорию личности и создают визуализацию её структуры.
2. **«Применение теорий личности в психотерапии»** – презентация с анализом, как различные теории применяются в практике консультирования.
3. **«Личность в разные исторические эпохи»** – исследование, как культурные изменения повлияли на представления о личности.

4. **«Личность и социальные сети»** – исследование, как теория личности помогает анализировать поведение в цифровой среде.
5. **«Личностные характеристики известных исторических фигур»** – разбор психологических портретов знаменитых личностей с опорой на разные теории.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Выбери свою теорию»

Задание:
Студентам раздаются **краткие описания личностей** (например, экстраверт, склонный к тревожности; человек, ориентированный на саморазвитие; индивидуум с выраженной тягой к доминированию).

- Они должны определить, **какая теория личности лучше всего объясняет поведение этого человека**.
- Обосновать свой выбор, используя ключевые концепции теории.

---

2. Разбор научных текстов

Задание:
Студенты работают с фрагментами **основополагающих трудов** (Фрейд, Маслоу, Роджерс, Кеттелл, Айзенк, Коста и МакКрей).

- Анализируют **ключевые идеи** теорий личности.
- Определяют **сильные и слабые стороны** концепций.
- Обсуждают **практическую применимость** этих теорий в современном мире.

---

3. Ролевая игра «Психологический портрет»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает **определённую теорию личности**.

- **Один студент играет роль человека**, поведение которого необходимо анализировать.
- Остальные **используют свою теорию**, чтобы объяснить его поведение и дать рекомендации.

После игры обсуждаются различия в интерпретации одной и той же личности в рамках разных подходов.

Требования к выполнению практического задания:

1. Задания должны демонстрировать **понимание основных теорий личности**.
2. Важно **аргументировать свой выбор** теоретической модели.

3. Необходимо учитывать **современные исследования**, а не только классические концепции.
4. Работы должны содержать **практическое применение теорий личности** (например, в образовании, бизнесе, психотерапии).

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: «Как теория личности может объяснить поведение детей и подростков?», «Как можно предсказать поведение человека, зная его личностные черты?»
- **Эвристическая беседа**: студенты сами формулируют **различия и точки пересечения** между теориями личности.
- **Групповая работа**: создание **портретов личности** на основе разных теорий.
- **Анализ кейсов**: разбор реальных примеров известных личностей через призму разных подходов.

Тема занятия 3: Познавательные процессы: восприятие, память, мышление

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ роли познавательных процессов в обучении и профессиональной деятельности.

- **Практикум по решению задач**: выявление когнитивных особенностей через тестирование и эксперименты.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований о восприятии, памяти и мышлении.
- **Ролевая игра**: моделирование влияния когнитивных процессов на поведение и принятие решений.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные функции познавательных процессов? Как они взаимосвязаны?
2. Почему восприятие субъективно? Как оно зависит от контекста и прошлых знаний?
3. Каковы основные механизмы работы памяти? Почему мы забываем информацию?
4. Какие существуют виды памяти? Как они взаимодействуют между собой?
5. В чём разница между конвергентным и дивергентным мышлением?
6. Как когнитивные искажения влияют на восприятие информации?
7. Как можно развивать критическое мышление через понимание когнитивных процессов?
8. Как эмоции влияют на запоминание информации?
9. В чём заключается эффект первичности и новизны в процессе запоминания?
10. Как можно использовать знания о познавательных процессах для улучшения учебной деятельности?

Темы контрольных работ:

1. Когнитивные искажения и их влияние на восприятие реальности.
2. Виды памяти и их функции: сравнительный анализ.
3. Теории мышления: от Жана Пиаже до современных нейропсихологических концепций.
4. Влияние внимания на процесс восприятия и запоминания.
5. Роль познавательных процессов в профессиональной деятельности педагога.

Темы проектов:

1. **«Как мы запоминаем?»** – проведение мини-эксперимента по изучению механизмов памяти и анализ результатов.
2. **«Иллюзии восприятия»** – создание интерактивной презентации о визуальных и когнитивных иллюзиях.
3. **«Мышление и креативность»** – разработка программы тренировки дивергентного мышления.
4. **«Как эмоции влияют на запоминание?»** – исследование влияния эмоционального состояния на процесс запоминания информации.

5. **«Когнитивные искажения в повседневной жизни»** – сбор примеров и их анализ с точки зрения психологии.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как работает восприятие?»

Задание:
Студенты просматривают **оптические иллюзии** и анализируют, какие когнитивные механизмы (гештальт-принципы, топ-даун и боттом-ап процессы) задействованы.

- Почему наш мозг интерпретирует изображение так, а не иначе?
- Как восприятие зависит от прошлого опыта?

---

2. Эксперимент «Запомни и воспроизведи»

Задание:
Преподаватель показывает студентам **список слов** на 30 секунд. Затем они записывают всё, что смогли запомнить. После этого обсуждаются:

- **Эффект первичности и новизны** (лучше запоминаются первые и последние слова).
- **Роль ассоциаций** (похожие слова запоминаются легче).
- **Феномен ложных воспоминаний** (иногда мы «запоминаем» то, чего не было).

---

3. Ролевая игра «Как мы думаем?»

Задание:
Студенты делятся на две группы:

- **Одна группа** должна решать проблему **логическим (конвергентным) мышлением**.
- **Другая** – **креативным (дивергентным) мышлением**.

После решения задачи группы сравнивают свои подходы и делают выводы.

Пример задачи:
"Как придумать альтернативные способы использования обычной скрепки?"

Требования к выполнению практического задания:

1. Все задания должны основываться на **научных концепциях познавательной психологии**.
2. Студенты должны аргументировать свои выводы с опорой на **теории и исследования**.
3. Анализируя память, мышление и восприятие, важно **учитывать их взаимосвязь**.
4. Особое внимание следует уделять **применению знаний на практике** – в обучении, работе, повседневной жизни.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как когнитивные искажения мешают нам принимать верные решения? Почему память не является объективной?
- **Эвристическая беседа**: студенты сами приходят к **пониманию закономерностей работы памяти, мышления и восприятия** через обсуждение и примеры.
- **Групповая работа**: проведение **экспериментов** и обсуждение их результатов.
- **Анализ кейсов**: рассмотрение примеров из жизни и науки, иллюстрирующих работу познавательных процессов.

Тема занятия 4: Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ принципов транзактного анализа (ТА) и их применения в межличностных отношениях.
- **Практикум по решению задач**: разбор реальных кейсов взаимодействия и определение транзакций.

- **Ролевая игра**: моделирование коммуникации с разными эго-состояниями.
- **Анализ текстов и диалогов**: выявление типов транзакций и психологических игр.

Вопросы к обсуждению:

1. Какова основная идея транзактного анализа (ТА) Эрика Берна?
2. Какие три эго-состояния определяет Берн? Как они проявляются в общении?
3. Как различать комплементарные, пересекающиеся и скрытые транзакции?
4. Как транзактный анализ помогает анализировать и корректировать конфликты?
5. Какие психологические игры описал Берн? Каковы их последствия в общении?
6. Как избежать деструктивных сценариев в межличностном взаимодействии?
7. Какие типичные коммуникационные ошибки можно объяснить через ТА?
8. Как можно использовать принципы ТА в педагогической и профессиональной деятельности?
9. Какие стратегии общения наиболее эффективны для создания здоровой коммуникации?
10. Как транзактный анализ соотносится с другими психологическими концепциями общения?

Темы контрольных работ:

1. Анализ эго-состояний в диалогах литературных персонажей.
2. Применение транзактного анализа для анализа конфликтов.
3. Разбор психологических игр в профессиональной коммуникации.
4. Комплементарные и пересекающиеся транзакции: примеры и последствия.
5. Практическое применение ТА в коучинге и психологическом консультировании.

Темы проектов:

1. **«Язык транзакций»** – сбор и анализ диалогов из фильмов или книг с точки зрения транзактного анализа.
2. **«Коммуникационные ловушки»** – исследование распространённых психологических игр и способов их избегания.
3. **«Применение ТА в педагогике»** – разработка рекомендаций для учителей по эффективному взаимодействию с учениками.
4. **«Анализ деловой коммуникации»** – разбор переговоров, деловых встреч, выступлений через призму транзактного анализа.
5. **«Транзактный анализ в рекламе»** – исследование, как маркетинг и PR используют принципы эго-состояний для влияния на аудиторию.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Распознаём эго-состояния»

Задание:
Студенты получают карточки с разными фразами из реальных диалогов (например, «Почему ты опять этого не сделал?!», «Как здорово, давай попробуем!», «Соблюдайте инструкцию, пожалуйста»).

- Они должны определить **из какого эго-состояния идёт обращение**: **Родитель, Взрослый, Ребёнок**.
- Затем они обсуждают, как можно изменить фразу, чтобы она звучала более продуктивно.

---

2. Анализ коммуникации: выявление транзакций

Задание:
Преподаватель демонстрирует студентам **видеофрагменты диалогов** или даёт распечатанные тексты бесед.

- Студенты анализируют, какие транзакции происходят:
  - **Комплементарные** (где взаимодействие гармоничное).
  - **Пересекающиеся** (где один человек ожидает одну реакцию, а получает другую).
  - **Скрытые** (где есть двойной смысл).
- Затем обсуждают, **как можно изменить стиль общения, чтобы транзакция стала более эффективной**.

---

3. Ролевая игра «Коммуникативные сценарии»

Задание:
Студенты разбиваются на пары или небольшие группы и разыгрывают **типичные сценарии общения**, где происходят сложные транзакции:

1. **Учитель – ученик:** педагог замечает, что ученик отвлекается на уроке.
2. **Руководитель – подчинённый:** начальник просит срочно выполнить задачу.
3. **Коллеги на работе:** один из сотрудников постоянно опаздывает.
4. **Клиент – продавец:** покупатель хочет вернуть товар без чека.

Задача участников:

- Разобрать, какие **эго-состояния** включаются в каждом сценарии.
- Изменить стиль общения, чтобы избежать **конфликтных транзакций**.

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны **научиться различать эго-состояния** и типы транзакций.
2. Важно **применять теорию ТА** к реальным жизненным ситуациям.
3. Анализ коммуникации должен включать **разбор последствий транзакций**.
4. Упражнения и задания должны формировать **навыки осознанного общения** и умение избегать неэффективных взаимодействий.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как избежать манипуляций в общении? Почему в конфликтах люди часто занимают несоответствующие эго-состояния?
- **Эвристическая беседа**: студенты самостоятельно анализируют фразы, находя в них проявления **Родителя, Взрослого и Ребёнка**.
- **Групповая работа**: анализ диалогов с позиции транзактного анализа.
- **Анализ кейсов**: разбор ситуаций из профессиональной и личной жизни с точки зрения ТА.

Тема занятия 5: Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение роли эмоций и мотивации в регуляции поведения.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с эмоциональной регуляцией и мотивацией.

- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих управления эмоциями и мотивацией.
- **Работа с текстами**: разбор научных исследований и психологических теорий эмоций и мотивации.
- **Анализ видеоматериалов**: просмотр и обсуждение реальных и смоделированных примеров эмоциональной регуляции.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные теории эмоций и мотивации?
2. Как связаны эмоции и принятие решений?
3. В чём различие между внутренней и внешней мотивацией?
4. Как можно сознательно управлять своими эмоциями в сложных ситуациях?
5. Какие техники саморегуляции помогают справляться со стрессом и негативными эмоциями?
6. Как формируется мотивация в образовательной деятельности?
7. Почему мотивация может ослабевать со временем? Как её поддерживать?
8. Каковы индивидуальные различия в эмоциональной и мотивационной регуляции?
9. Как социальные факторы (группа, авторитет, культурные особенности) влияют на мотивацию и эмоции?
10. Какие стратегии могут помочь развить эмоциональный интеллект и управлять мотивацией?

Темы контрольных работ:

1. Сравнительный анализ теорий эмоций: Джеймс-Ланге, Кэннона-Барда, когнитивная теория Лазаруса.
2. Различие между внутренней и внешней мотивацией в образовательном процессе.
3. Методы саморегуляции эмоций в стрессовых ситуациях.
4. Влияние мотивации на успешность обучения и профессиональной деятельности.
5. Психологические стратегии поддержания высокой мотивации в долгосрочных проектах.

Темы проектов:

1. **«Эмоции и принятие решений»** – исследование влияния эмоционального состояния на выбор и рациональность решений.
2. **«Как сохранять мотивацию?»** – анализ успешных практик поддержания мотивации у профессионалов и студентов.

3. **«Эмоциональный интеллект как инструмент саморегуляции»** – изучение практических методов управления эмоциями.
4. **«Мотивационные стратегии в образовании»** – разработка методик повышения учебной мотивации у школьников и студентов.
5. **«Как технологии влияют на эмоциональную регуляцию и мотивацию?»** – исследование влияния соцсетей, геймификации и цифровых платформ на поведение.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Эмоциональная регуляция в сложных ситуациях»

Задание:
Студенты получают карточки с описанием различных стрессовых или эмоционально насыщенных ситуаций. Они должны:

- Определить, какие эмоции возникают в данной ситуации.
- Выбрать **эффективную стратегию регуляции эмоций** (когнитивная переоценка, переключение внимания, релаксация и др.).
- Представить ситуацию и аргументировать свой выбор стратегии.

Пример ситуаций:

- Вы получили резкую критику от коллеги.
- Вам предстоит публичное выступление перед большой аудиторией.
- Вы испытываете усталость, но должны завершить сложное задание.

---

2. Эксперимент «Как эмоции влияют на память и мотивацию»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам выполнить два задания:

1. Запомнить список слов в **спокойном состоянии**.
2. Запомнить аналогичный список после **просмотра эмоционального видеоролика**.

- Затем студенты сравнивают результаты и анализируют, как эмоциональное состояние повлияло на их когнитивные функции.

Обсуждение:

- Какие эмоции усиливают запоминание, а какие мешают?
- Как можно использовать эмоциональное состояние для повышения эффективности обучения?

---

3. Ролевая игра «Управление мотивацией»

Задание:
Студенты делятся на группы и разыгрывают ситуации, связанные с разными типами мотивации.

- **Группа 1:** Человек теряет интерес к работе. Как его мотивировать?
- **Группа 2:** Студент прокрастинирует, откладывая важное задание. Как найти внутреннюю мотивацию?
- **Группа 3:** Спортсмен испытывает стресс перед соревнованием. Как помочь ему справиться с эмоциями?

После каждой сцены обсуждаются **использованные стратегии** и их эффективность.

Требования к выполнению практического задания:

1. **Научная обоснованность** – все выводы и рекомендации должны основываться на психологических теориях и исследованиях.
2. **Применимость в реальной жизни** – задания должны быть направлены на развитие практических навыков саморегуляции и мотивации.
3. **Самоанализ и рефлексия** – студенты должны осознавать, как эмоции и мотивация влияют на их личное поведение.
4. **Взаимодействие в группе** – большинство заданий требуют обсуждения, обмена мнениями и анализа ситуаций.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: «Можно ли контролировать свои эмоции? Как заставить себя делать то, что не хочется?»
- **Эвристическая беседа**: студенты формулируют стратегии регуляции эмоций и мотивации, опираясь на личный опыт.
- **Групповая работа**: практическое применение стратегий саморегуляции через разбор кейсов.
- **Анализ кейсов**: обсуждение реальных историй, связанных с эмоциональной регуляцией и мотивацией.

Тема занятия 6: Структура личности и методы её изучения: обзор MMPI

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ различных подходов к изучению личности.
- **Практикум по решению задач**: интерпретация профилей MMPI.
- **Работа с текстами**: анализ научных статей и исследований по структуре личности.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуации психологического тестирования.

- **Анализ кейсов**: применение методов психодиагностики к разным категориям людей.

Вопросы к обсуждению:

1. Как определяют личность различные психологические школы?
2. Какие методы используются для изучения структуры личности?
3. Каковы сильные и слабые стороны проектных и объективных тестов?
4. В чём особенности MMPI (Миннесотского многофазного личностного опросника)?
5. Какие шкалы входят в MMPI, и что они измеряют?
6. Как тест MMPI используется в клинической, кадровой и судебной психологии?
7. Какие этические вопросы возникают при использовании психологических тестов?
8. Можно ли «обмануть» тест MMPI? Как проверяется достоверность ответов?
9. Какие альтернативные методы диагностики личности существуют?
10. Как правильно интерпретировать результаты психологического тестирования?

Темы контрольных работ:

1. История развития методов изучения личности: от психоанализа до современных тестов.
2. Достоинства и ограничения теста MMPI по сравнению с другими методами диагностики.
3. Применение психодиагностических методов в клинической практике.
4. Анализ ложных профилей MMPI: выявление недостоверных ответов.
5. Роль личности в профессиональной деятельности: использование MMPI в HR и судебной психологии.

Темы проектов:

1. **«Личностные тесты: наука или псевдонаука?»** – исследование достоверности популярных личностных тестов.
2. **«Как работает MMPI?»** – создание инфографики, объясняющей шкалы теста.
3. **«Сравнение личностных методик»** – анализ MMPI, 16PF, Big Five и других инструментов диагностики.
4. **«Психодиагностика в истории»** – обзор методов изучения личности от Фрейда до современных тестов.
5. **«MMPI в реальной практике»** – изучение судебных и кадровых случаев, где использовался MMPI.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Интерпретация профилей MMPI»

Задание:
Преподаватель предоставляет студентам **фрагменты интерпретации теста MMPI**, содержащие описания различных шкал.

- Студенты анализируют профили и делают **выводы о личностных особенностях** испытуемых.
- Затем они **обсуждают возможные ограничения теста** и трудности интерпретации.

---

2. Анализ кейсов «Когда тестирование не работает»

Задание:
Студентам предлагаются **реальные случаи из судебной и кадровой практики**, где MMPI использовался для оценки личности.

- Они анализируют, какие выводы можно было сделать на основе теста.
- Обсуждают, какие дополнительные методы могли бы повысить точность диагностики.

Пример кейсов:

- **Кандидат на высокую должность в компании** – выявлены признаки тревожности, но интервью этого не подтвердило.
- **Судебно-психологическая экспертиза** – тест показал склонность к манипуляции, но было ли это основанием для решения суда?

---

3. Ролевая игра «Психодиагностическая сессия»

Задание:
Студенты делятся на **две группы**:

- Одна группа играет роль **психологов**, проводящих тестирование.
- Другая группа – **испытуемых**, которые получают карточки с личностными особенностями и должны отвечать на вопросы теста.

После завершения тестирования студенты **обсуждают процесс**:

- Какие сложности возникли?
- Можно ли было «обмануть» тест?
- Как правильно проводить интерпретацию?

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны **понимать структуру и назначение MMPI**.
2. Задания должны быть направлены на **анализ и интерпретацию результатов тестирования**.
3. Важно учитывать **этические аспекты** работы с личностными тестами.

4. Особое внимание уделяется **применимости методов психодиагностики в разных сферах** (психология, HR, медицина, право).

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Можно ли считать тесты объективным инструментом? Насколько точны результаты MMPI?
- **Эвристическая беседа**: студенты формулируют **сильные и слабые стороны личностных методик** на основе обсуждения.
- **Групповая работа**: анализ и интерпретация **профилей личности** с использованием MMPI.
- **Анализ кейсов**: обсуждение реальных случаев использования тестов в психодиагностике.

Тема занятия 7: Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение факторов, влияющих на самооценку и личностное развитие.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов формирования низкой и высокой самооценки.
- **Ролевая игра**: моделирование педагогических ситуаций, влияющих на самооценку учеников.

- **Работа с текстами**: разбор научных статей и исследований о влиянии образовательной среды на самооценку.
- **Анализ видеоматериалов**: просмотр и обсуждение влияния воспитания и обучения на формирование личности.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое самооценка, и как она формируется?
2. Как образовательная среда влияет на развитие самооценки у детей и подростков?
3. Какие факторы способствуют адекватной или заниженной самооценке?
4. Как связаны уровень самооценки и академическая успешность?
5. Как педагог может помочь учащимся развить уверенность в себе?
6. Какие методы и подходы в педагогике способствуют личностному развитию?
7. Какова роль родителей в формировании самооценки ребёнка?
8. В чём отличие конструктивной и деструктивной критики? Как её применять в образовательной среде?
9. Как бороться с перфекционизмом и синдромом самозванца у обучающихся?
10. Какие психологические стратегии могут помочь учащимся укрепить свою самооценку?

Темы контрольных работ:

1. Самооценка как психологический феномен: теоретические аспекты и современные исследования.
2. Влияние образовательной среды на формирование личности ребёнка.
3. Связь между уровнем самооценки и мотивацией к обучению.
4. Конструктивная и деструктивная критика: влияние на личностное развитие.
5. Роль педагогов и родителей в развитии уверенности у ребёнка.

Темы проектов:

1. **«Формирование самооценки в школьной среде»** – исследование, основанное на опросах учеников и педагогов.
2. **«Психологические методы коррекции заниженной самооценки»** – создание рекомендаций для педагогов и родителей.
3. **«Как похвала и критика формируют личность»** – исследование, основанное на анализе литературы и интервью.
4. **«Влияние социальных сетей на самооценку подростков»** – анализ поведения в соцсетях и его психологических последствий.

5. **«Синдром самозванца в образовательной среде»** – изучение механизма формирования и стратегий преодоления.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как самооценка влияет на поведение?»

Задание:
Студенты получают карточки с различными ситуациями (например, ученик боится отвечать на уроке, несмотря на хорошие знания, или студент избегает сложных задач).

- Они должны **определить уровень самооценки** персонажа.
- Предложить **стратегии для её улучшения** с точки зрения педагогической практики.

---

2. Эксперимент «Влияние обратной связи на самооценку»

Задание:
Студенты выполняют **небольшую творческую задачу** (например, рисуют что-то простое или решают логическую головоломку).

- После выполнения один студент получает **позитивную обратную связь**, другой – **негативную**, а третьему даётся **нейтральный комментарий**.
- После этого обсуждается, **как изменилась их мотивация и желание продолжать работу**.

Обсуждение:

- Как похвала и критика влияют на мотивацию?
- В каких ситуациях критика может быть полезной?
- Как правильно давать обратную связь, чтобы не подрывать самооценку?

---

3. Ролевая игра «Учитель и ученик»

Задание:
Студенты делятся на пары, где один играет роль **учителя**, а другой – **ученика с разным уровнем самооценки** (например, заниженная, адекватная, завышенная).

- Учитель должен **поддержать ученика**, помочь ему раскрыть потенциал.
- Затем студенты **обсуждают**, какие методы были эффективны, а какие – нет.

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны **понимать, какие факторы формируют самооценку** и как её можно корректировать.
2. Важно анализировать не только теоретические аспекты, но и **практическое применение знаний в образовательной среде**.

3. Задания должны **учитывать реальный опыт студентов** и предлагать **прикладные решения**.
4. Упражнения направлены на **развитие эмпатии, педагогической наблюдательности и умения давать конструктивную обратную связь**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему высокая самооценка не всегда ведёт к успеху? Как найти баланс между адекватной самооценкой и самокритикой?
- **Эвристическая беседа**: студенты размышляют о том, как они сами переживали периоды **низкой или высокой самооценки**.
- **Групповая работа**: разбор **кейсов учеников с разной самооценкой** и разработка рекомендаций для педагогов.
- **Анализ кейсов**: обсуждение **реальных примеров, где учителя смогли изменить самооценку учеников**.

Тема занятия 8: Психология стресса и профессионального выгорания: механизмы и методы саморегуляции

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение причин и последствий стресса и выгорания.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с профессиональным выгоранием.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций стресса и разработка стратегий его преодоления.

- **Работа с текстами**: разбор научных исследований и психологических теорий стресса и саморегуляции.
- **Анализ видеоматериалов**: просмотр и обсуждение примеров стрессовых ситуаций и методов их преодоления.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные причины стресса в профессиональной деятельности?
2. Какие виды стресса существуют? В чём разница между эустрессом и дистрессом?
3. Каковы стадии профессионального выгорания?
4. Как стресс влияет на когнитивные функции, эмоциональное состояние и физическое здоровье?
5. Какие стратегии саморегуляции помогают справляться со стрессом?
6. Каковы основные методы профилактики профессионального выгорания?
7. Как социальная поддержка влияет на уровень стресса?
8. Как можно использовать техники осознанности (mindfulness) для снижения стресса?
9. Какие механизмы физиологической регуляции стресса существуют?
10. Как можно применять методы саморегуляции в педагогической практике?

Темы контрольных работ:

1. Теории стресса: Ганс Селье, Ричард Лазарус, Роберт Сапольски.
2. Психологические механизмы профессионального выгорания.
3. Методы профилактики стресса в образовательной и профессиональной деятельности.
4. Роль эмоционального интеллекта в стрессоустойчивости.
5. Влияние хронического стресса на когнитивные способности.

Темы проектов:

1. **«Разработка индивидуальной стратегии борьбы со стрессом»** – создание личного плана профилактики стресса.
2. **«Психология выгорания в профессии»** – исследование факторов риска выгорания в педагогике, медицине, IT.
3. **«Методы саморегуляции: какие работают лучше?»** – анализ эффективности техник саморегуляции на основе научных данных.
4. **«Как справляться со стрессом в условиях многозадачности?»** – разработка стратегий управления рабочими нагрузками.

5. **«Психология отдыха: как правильно восстанавливать силы?»** – исследование влияния отдыха и досуга на стрессоустойчивость.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как определить уровень стресса?»

Задание:
Студенты проходят **тест на уровень стресса** (например, шкала восприятия стресса Кохена) и обсуждают результаты.

- Какие признаки стресса они замечают у себя?
- Как можно предотвратить переход стресса в хроническое состояние?
- Какие изменения в образе жизни помогут снизить стресс?

---

2. Анализ кейсов «Когда стресс становится опасным»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор реальных случаев** профессионального выгорания.

- Какие факторы привели к выгоранию?
- Какие сигналы свидетельствовали о проблеме?
- Какие меры могли бы предотвратить ситуацию?

Пример кейсов:

1. **Учитель начальной школы испытывает хроническую усталость, становится раздражительным и теряет интерес к работе.**
2. **Медицинский работник работает без выходных, у него появляются симптомы эмоционального истощения.**
3. **Менеджер вынужден совмещать несколько проектов, что приводит к постоянному стрессу и проблемам со сном.**

---

3. Ролевая игра «Стресс на рабочем месте»

Задание:
Студенты моделируют ситуации стрессовых ситуаций на рабочем месте:

1. **Конфликт на работе:** студент играет роль руководителя, который требует срочного выполнения задачи, а другой студент – подчинённого, находящегося в стрессе.
2. **Эмоциональное выгорание:** студент играет роль психолога или HR-менеджера, который помогает коллеге восстановить ресурсы.
3. **Работа в условиях перегрузки:** студентам предлагается найти решения, как справляться с чрезмерной рабочей нагрузкой.

После игры обсуждаются стратегии снижения стресса и улучшения профессионального благополучия.

Требования к выполнению практического задания:

1. Упражнения должны быть направлены на **выявление, анализ и коррекцию стрессовых состояний**.
2. Задания должны быть ориентированы на **развитие навыков саморегуляции и стрессоустойчивости**.
3. Особое внимание уделяется **практическому применению знаний о стрессе** в профессиональной среде.
4. Упражнения и кейсы должны **формировать умение анализировать причины стресса и находить эффективные стратегии его преодоления**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Можно ли избавиться от стресса полностью? Какие профессии наиболее подвержены выгоранию?
- **Эвристическая беседа**: студенты обсуждают личный опыт стрессовых ситуаций и способы их преодоления.
- **Групповая работа**: совместный поиск решений для реальных стрессовых ситуаций.
- **Анализ кейсов**: обсуждение реальных примеров профессионального выгорания.

Тема занятия 10: Коммуникативные процессы в образовательной среде: модели и стратегии

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ различных моделей коммуникации в образовательной среде.
- **Практикум по решению задач**: разбор реальных кейсов проблемной коммуникации.
- **Ролевая игра**: моделирование педагогических ситуаций с разными стратегиями общения.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований и педагогических стратегий эффективного взаимодействия.

- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров эффективной и неэффективной коммуникации.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные модели коммуникации в образовательной среде?
2. Как различаются вербальные и невербальные аспекты общения в педагогике?
3. Какие факторы влияют на эффективность педагогического взаимодействия?
4. Каковы особенности коммуникации между учителем и учеником?
5. Какие стратегии помогают управлять конфликтами в образовательной среде?
6. Как коммуникативные барьеры мешают образовательному процессу?
7. Каковы основные элементы активного слушания? Почему оно важно в педагогической деятельности?
8. В чём разница между авторитарным, демократическим и либеральным стилями педагогического общения?
9. Как цифровые технологии меняют характер образовательной коммуникации?
10. Как учителю выстраивать доверительное общение с родителями учеников?

Темы контрольных работ:

1. Анализ моделей коммуникации: Шеннон-Уивер, интерактивная и транзакционная модели.
2. Роль невербального общения в педагогическом процессе.
3. Влияние коммуникативных барьеров на образовательный процесс.
4. Особенности профессиональной коммуникации педагога.
5. Методы разрешения конфликтных ситуаций в образовательной среде.

Темы проектов:

1. **«Создание эффективной модели педагогического общения»** – разработка рекомендаций для учителей.
2. **«Анализ общения в школе»** – исследование коммуникативных процессов в учебном заведении (интервью, наблюдение).
3. **«Психологические приёмы управления классом»** – разработка методики взаимодействия с учениками.
4. **«Коммуникация в онлайн-образовании»** – исследование особенностей дистанционного обучения.

5. **«Как педагогу справляться с конфликтами?»** – создание практического руководства для учителей.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Распознаём барьеры в коммуникации»

Задание:
Студенты получают карточки с различными коммуникативными барьерами (например, стереотипы, игнорирование, использование сложных терминов).

- Они должны **описать ситуации, где эти барьеры проявляются**.
- Обсудить, **как их можно устранить**, опираясь на педагогические принципы.

---

2. Анализ кейсов «Эффективная и неэффективная коммуникация»

Задание:
Студенты изучают **диалоги между учителем и учеником** и должны:

- Определить **стиль общения** педагога.
- Выявить **ошибки в коммуникации** (например, отсутствие активного слушания, эмоциональное давление).
- Предложить **альтернативный вариант взаимодействия**, используя эффективные стратегии общения.

Примеры кейсов:

1. **Учитель строго критикует ученика за ошибку, не объясняя её причину.**
2. **Родитель выражает недовольство по поводу оценок своего ребёнка. Как реагировать?**
3. **Ученик отказывается отвечать на уроке. Как наладить контакт?**

---

3. Ролевая игра «Сложные коммуникативные ситуации»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает **педагогическую ситуацию**:

- **Конфликтный ученик и учитель.**
- **Родители требуют завышения оценки.**
- **Учитель ведёт урок, но класс не слушает.**

Каждая группа разыгрывает сценарий, применяя разные **коммуникативные стратегии** (авторитарную, демократическую, гибридную). После обсуждают, **какая стратегия была наиболее эффективной** и почему.

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны продемонстрировать **понимание моделей и стратегий общения**.
2. Анализировать **факторы, влияющие на эффективность педагогической коммуникации**.
3. Упражнения должны быть направлены на **практическое развитие навыков межличностного общения**.
4. Важно учитывать **особенности возрастной психологии учеников**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как преодолеть сопротивление учеников в диалоге? Какие ошибки чаще всего допускают учителя в общении?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют, **как их собственный школьный опыт связан с эффективной или неэффективной коммуникацией**.
- **Групповая работа**: разработка **алгоритмов педагогического общения** для различных ситуаций.
- **Анализ кейсов**: обсуждение **реальных примеров коммуникативных сложностей в школе**.

Тема занятия 11: Конфликтология: механизмы возникновения и способы разрешения конфликтов

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ причин и динамики конфликтов.
- **Практикум по решению задач**: разбор кейсов конфликтных ситуаций.
- **Ролевая игра**: моделирование способов разрешения конфликтов.
- **Работа с текстами**: анализ научных статей о природе и механизмах конфликтов.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров разрешения конфликтов в профессиональной среде.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое конфликт? Каковы его основные признаки?
2. Какие существуют виды конфликтов? В чём их особенности?
3. Какие стадии проходит конфликт от возникновения до разрешения?
4. Каковы основные причины конфликтов в образовательной среде?
5. Какие стратегии разрешения конфликтов существуют? Какие из них наиболее эффективны?
6. Каковы плюсы и минусы компромисса в конфликтных ситуациях?
7. Какие коммуникативные навыки помогают предотвратить эскалацию конфликта?
8. Каковы психологические механизмы управления эмоциями в конфликте?
9. Как культура и социальные нормы влияют на разрешение конфликтов?
10. Какие методы конструктивного взаимодействия можно применять для предотвращения конфликтов?

Темы контрольных работ:

1. Теоретические подходы к изучению конфликтов: сравнение основных моделей.
2. Методы диагностики конфликтных ситуаций и их практическое применение.
3. Роль эмоций в развитии и разрешении конфликта.
4. Принципы медиации и их применение в образовательной среде.
5. Психологические стратегии управления конфликтами.

Темы проектов:

1. **«Анализ конфликтов в образовательной среде»** – исследование наиболее частых конфликтных ситуаций в школе или университете.
2. **«Стратегии мирного урегулирования»** – разработка практических рекомендаций по управлению конфликтами.
3. **«Как эмоции управляют конфликтом»** – исследование роли эмоциональной регуляции в разрешении конфликтов.
4. **«Применение техник медиации»** – разработка пошаговой модели работы медиатора.
5. **«Конфликт или конструктивная дискуссия?»** – анализ различий между спором, дискуссией и конфликтом.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Типы конфликтов»

Задание:
Студенты получают карточки с различными конфликтными ситуациями. Они должны:

- Определить **тип конфликта** (межличностный, организационный, внутриличностный и др.).
- Разработать стратегию разрешения конфликта.
- Оценить возможные последствия выбранного метода.

Примеры ситуаций:

- Конфликт между студентами из-за группового проекта.
- Преподаватель требует больше заданий, чем указано в программе.
- Сотрудники офиса не могут договориться о распределении обязанностей.

---

2. Анализ кейсов «Успешное и неуспешное разрешение конфликтов»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор реальных конфликтных ситуаций** из истории, бизнеса или образования.

- Что стало причиной конфликта?
- Как стороны пытались его разрешить?
- Какие ошибки были допущены?
- Можно ли было избежать конфликта?

Примеры кейсов:

1. Конфликт между двумя крупными корпорациями.
2. Спор между руководителем и подчинённым о графике работы.
3. Межэтнические конфликты в истории и пути их разрешения.

---

3. Ролевая игра «Разрешаем конфликт»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает конфликтную ситуацию:

- **Группа 1:** Учитель вызывает родителя из-за плохого поведения ученика.
- **Группа 2:** Руководитель требует срочной работы в выходной день, сотрудник отказывается.
- **Группа 3:** Студенты спорят о разделении обязанностей в совместном проекте.

Задача каждой группы – **разработать стратегию мирного разрешения конфликта** с использованием техник переговоров и медиации.

После представления решений обсуждаются **эффективность выбранных стратегий** и возможные альтернативные пути.

Требования к выполнению практического задания:

1. **Анализировать конфликтные ситуации** с точки зрения психологии и социальной динамики.
2. **Применять стратегии урегулирования конфликтов** на основе научных данных.
3. **Развивать навыки коммуникации и эмоциональной регуляции** в конфликтных ситуациях.
4. **Учитывать культурные и социальные факторы**, влияющие на способы разрешения конфликта.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как понять, что конфликт зашёл в тупик? Можно ли избежать всех конфликтов?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **личный опыт** конфликтных ситуаций и делают выводы.
- **Групповая работа**: разработка **алгоритмов урегулирования конфликтов**.
- **Анализ кейсов**: обсуждение реальных примеров конфликтов и методов их разрешения.

Тема занятия 12: Психология влияния и манипуляции в межличностных отношениях

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: анализ механизмов влияния и манипуляции.
- **Практикум по решению задач**: разбор реальных кейсов манипулятивного воздействия.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций влияния и защиты от манипуляций.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований о механизмах убеждения и манипуляции.

- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров манипулятивного поведения в рекламе, политике, межличностных отношениях.

Вопросы к обсуждению:

1. В чём разница между влиянием, убеждением и манипуляцией?
2. Какие существуют психологические механизмы влияния?
3. Какие методы убеждения описал Роберт Чалдини?
4. Как отличить конструктивное влияние от манипуляции?
5. Какие виды манипуляций существуют в межличностном общении?
6. Как можно противостоять манипуляциям?
7. Какие приёмы используют маркетологи и политики для влияния на людей?
8. В чём опасность манипулятивного воздействия в образовательной и профессиональной среде?
9. Как манипуляция связана с психологическими уязвимостями человека?
10. Какие стратегии помогают развивать критическое мышление для защиты от манипуляций?

Темы контрольных работ:

1. Психология влияния: сравнительный анализ методов убеждения.
2. Влияние СМИ на общественное мнение: методы манипуляции и способы защиты.
3. Роль когнитивных искажений в манипулятивном воздействии.
4. Этика влияния: границы между убеждением и манипуляцией.
5. Манипулятивные техники в деловом и межличностном общении.

Темы проектов:

1. **«Манипуляции в рекламе»** – анализ маркетинговых стратегий и психологических механизмов, используемых в рекламе.
2. **«Как работают политические технологии?»** – исследование риторики и способов влияния в политике.
3. **«Разоблачение манипуляций»** – создание методического пособия по защите от манипуляций.
4. **«Манипуляции в социальных сетях»** – анализ, как алгоритмы и контент влияют на поведение пользователей.
5. **«Психологические техники влияния в переговорном процессе»** – исследование методов убеждения в деловой среде.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как распознать манипуляцию?»

Задание:
Студенты получают карточки с разными фразами и ситуациями общения (например, «Ты бы сделал это, если бы действительно меня уважал», «Все так делают, почему ты не хочешь?»).

- Они должны определить, **какой тип манипуляции используется** (давление на эмоции, использование чувства вины, социальное доказательство).
- Обсудить, **как правильно реагировать** на манипуляцию.

---

2. Анализ кейсов «Манипуляции в реальной жизни»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор ситуаций**, где использованы различные техники манипуляции.

- Что стало причиной манипуляции?
- Какой метод использовался?
- Как можно было бы противостоять такому влиянию?

Примеры кейсов:

1. **Реклама, создающая искусственный дефицит продукта («Осталось 3 товара!»).**
2. **Манипуляция чувством вины в межличностных отношениях («Если ты не поможешь, я не справлюсь!»).**
3. **Использование страха для убеждения («Если ты не купишь страховку, можешь оказаться в беде!»).**

---

3. Ролевая игра «Противостояние манипуляциям»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает сценарий:

- Один студент играет **манипулятора**, использующего разные техники воздействия.
- Другой студент должен **правильно отреагировать и защититься от манипуляции**.

Примеры сценариев:

1. **Коллега перекладывает свою работу на вас, манипулируя чувством вины.**
2. **Продавец использует метод «Дверь в лицо» (сначала предлагает дорогое, а потом «лучший» вариант дешевле).**
3. **Друзья давят на вас через принцип социального доказательства («Все так делают!»).**

После игры обсуждается, **какие стратегии оказались наиболее эффективными**.

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны научиться **распознавать и анализировать механизмы влияния и манипуляции**.
2. Упражнения должны быть направлены на **развитие критического мышления**.
3. Важно понимать **границы этичного влияния** в межличностных и профессиональных отношениях.
4. Особое внимание уделяется **практическим навыкам защиты от манипулятивного воздействия**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как отличить честное убеждение от скрытой манипуляции? Почему люди поддаются влиянию?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **личный опыт** столкновения с манипуляциями.
- **Групповая работа**: анализ реальных примеров **рекламы, политики и социальных взаимодействий**.
- **Анализ кейсов**: обсуждение **спорных ситуаций**, связанных с влиянием и манипуляцией.

Тема занятия 13: Психология взросления и сепарации: развитие личности в юношеском возрасте

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение кризиса идентичности в юношеском возрасте.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов по сепарации и формированию самостоятельности.
- **Ролевая игра**: моделирование взаимодействия подростков с родителями, учителями и сверстниками.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований о психологических механизмах взросления.

- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров сепарации и поиска идентичности в кино и литературе.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные задачи юношеского возраста с точки зрения психологии?
2. В чём заключается кризис идентичности по Эрику Эриксону?
3. Как проходит процесс сепарации от родителей? Какие трудности с этим связаны?
4. Какие факторы влияют на успешное взросление?
5. Как социальное окружение (родители, учителя, сверстники) влияет на формирование личности подростка?
6. Почему подростки сталкиваются с трудностями в принятии самостоятельных решений?
7. Какие методы помогают сформировать у подростков ответственность за свои поступки?
8. Как современные технологии (социальные сети, онлайн-обучение) влияют на процесс взросления?
9. Как сепарация связана с уровнем тревожности и самооценкой?
10. Как взрослым (родителям, учителям) поддерживать подростков в период взросления, не подавляя их самостоятельность?

Темы контрольных работ:

1. Теории взросления: от психоанализа до когнитивного подхода.
2. Феномен сепарации: сравнение традиционных и современных моделей взросления.
3. Кризис идентичности в юношеском возрасте и его преодоление.
4. Влияние семейных отношений на формирование самостоятельности у подростков.
5. Психологические механизмы взросления и их связь с эмоциональной зрелостью.

Темы проектов:

1. **«Как подростки становятся взрослыми?»** – исследование опыта юношеской сепарации через интервью с разными поколениями.
2. **«Подростковый кризис идентичности»** – анализ литературных и кинематографических примеров (Гарри Поттер, Дневник Бриджит Джонс, Пролетая над гнездом кукушки и др.).
3. **«Роль школы в формировании личности подростка»** – исследование педагогических стратегий, способствующих развитию самостоятельности.
4. **«Психология сепарации: между зависимостью и автономией»** – изучение границ здоровой независимости от семьи.

5. **«Как технологии меняют взросление?»** – анализ влияния соцсетей и онлайн-коммуникации на процесс взросления.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как проходит сепарация?»

Задание:
Студенты получают карточки с разными сценариями сепарации:

- Родители полностью контролируют жизнь подростка.
- Подросток живёт отдельно, но продолжает зависеть от родителей финансово.
- Юноша/девушка самостоятельно принимает решения и несёт за них ответственность.
- Семья поддерживает автономию подростка, но остаётся важной частью его жизни.

Студенты должны **оценить плюсы и минусы каждой модели**, а также предложить способы для **гармоничного прохождения сепарации**.

---

2. Анализ кейсов «Как подростки преодолевают кризис взросления»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор реальных случаев**, где подростки сталкивались с трудностями сепарации.

- Какие факторы помогли или, наоборот, усложнили процесс взросления?
- Как подростки справлялись с кризисом идентичности?
- Какие психологические стратегии помогли бы подростку преодолеть трудности?

Пример кейсов:

1. **Подросток хочет съехать от родителей, но боится финансовой нестабильности.**
2. **Юноша/девушка не может определиться с выбором профессии из-за давления со стороны семьи.**
3. **Родители слишком опекают подростка, что приводит к низкой самооценке и тревожности.**

---

3. Ролевая игра «Как вести диалог с подростком»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает сценарий:

- Один студент играет роль **подростка**, который хочет больше самостоятельности.
- Другой – **родителя или учителя**, который пытается его контролировать.

Задача группы – **разработать стратегию взаимодействия**, которая поможет подростку получить больше свободы, но при этом не потерять поддержку взрослых.

После игры обсуждается, **какие фразы и техники общения были наиболее эффективны**.

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны продемонстрировать **понимание механизмов взросления и сепарации**.
2. Упражнения должны учитывать **психологические факторы, влияющие на личностное развитие подростка**.
3. Задания должны быть направлены на **развитие практических навыков анализа подросткового поведения и эффективного взаимодействия с юношеской аудиторией**.
4. Важно учитывать **индивидуальные различия в процессах взросления**.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как помочь подростку стать самостоятельным, не лишая его поддержки? Какие стратегии воспитания наиболее эффективны для формирования здоровой самооценки?
- **Эвристическая беседа**: студенты делятся **личным опытом взросления** и анализируют ключевые моменты этого процесса.
- **Групповая работа**: разработка **методов педагогической и семейной поддержки подростков**.
- **Анализ кейсов**: обсуждение **реальных примеров трудностей взросления и способов их преодоления**.

Тема занятия 14: Мотивационные стратегии в обучении и профессиональной деятельности

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение теорий мотивации и их практического применения.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов о проблемах мотивации в учебе и работе.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих использования мотивационных стратегий.
- **Работа с текстами**: изучение научных статей о мотивации и её влиянии на успех.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешного управления мотивацией.

Вопросы к обсуждению:

1. Какие основные теории мотивации существуют, и как они применяются в обучении?
2. В чём разница между внутренней и внешней мотивацией?
3. Как преподаватель или руководитель может повысить мотивацию обучающихся или сотрудников?
4. Почему мотивация иногда снижается? Какие факторы этому способствуют?
5. Какую роль в мотивации играет вознаграждение? Может ли оно быть демотиватором?
6. Как применять принципы мотивации для преодоления прокрастинации?
7. Какие техники можно использовать для повышения самоэффективности?
8. Как социальная среда (группа, конкуренция, лидерство) влияет на мотивацию?
9. Как геймификация помогает мотивировать обучающихся?
10. Какие методы саморегуляции могут помочь сохранить мотивацию на долгосрочных задачах?

Темы контрольных работ:

1. Влияние различных типов мотивации на учебную и профессиональную деятельность.
2. Теория самоопределения Деси и Райана и её применение в образовательном процессе.
3. Психологические факторы, влияющие на снижение мотивации.
4. Принципы геймификации и их роль в повышении учебной мотивации.
5. Влияние теории постановки целей Локка и Лэтэма на профессиональную продуктивность.

Темы проектов:

1. **«Как повысить мотивацию студентов?»** – разработка программы мотивации для образовательного учреждения.
2. **«Мотивация в профессиональной сфере»** – исследование факторов, повышающих продуктивность работников.
3. **«Геймификация в обучении»** – анализ кейсов, где игровые элементы использовались для повышения вовлечённости.
4. **«Эффективность внутренних и внешних мотивационных стратегий»** – исследование влияния разных подходов на успешность.
5. **«Мотивация и эмоциональное выгорание»** – изучение взаимосвязи между мотивацией, стрессом и выгоранием.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как мотивировать разных людей?»

Задание:
Студенты получают карточки с описаниями различных типов людей (например, человек, мотивированный на успех; сотрудник, выполняющий работу из-за внешнего давления; ученик, теряющий интерес к учёбе).

- Им необходимо предложить **стратегии мотивации**, соответствующие каждому случаю.
- Обосновать выбор стратегий, используя **теории мотивации**.

---

2. Анализ кейсов «Что влияет на мотивацию?»

Задание:
Студенты анализируют **реальные и смоделированные случаи**, где присутствуют проблемы с мотивацией:

1. **Студент перестал посещать занятия, хотя ранее показывал хорошие результаты.**
2. **Сотрудник выполняет задачи формально, без инициативы.**
3. **Человек старается, но из-за отсутствия немедленных результатов теряет мотивацию.**

- Определить **возможные причины снижения мотивации**.
- Предложить **стратегии повышения мотивации**, учитывая индивидуальные и внешние факторы.

---

3. Ролевая игра «Мотивационный коучинг»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и разыгрывают сценки:

- Один студент играет **учителя/менеджера**, который пытается мотивировать ученика или сотрудника.
- Другой студент играет **ученика/сотрудника** с низкой мотивацией.

После ролевой игры обсуждается:

- Какие стратегии сработали лучше всего?
- Какие ошибки были допущены?
- Как можно адаптировать методы мотивации под разные личности?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие навыков мотивации** – студенты должны понимать, как применять теоретические концепции на практике.
2. **Осознание индивидуальных различий** – учитывать, что разные люди по-разному реагируют на стимулы.

3. **Фокус на реальном применении** – задания должны помогать студентам научиться **самомотивации** и мотивации окружающих.
4. **Связь с профессиональной деятельностью** – анализировать мотивацию в учебе, работе и повседневной жизни.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему некоторые люди мотивированы, а другие нет? Как поддерживать мотивацию на долгосрочных задачах?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют, какие факторы мотивируют их самих и сравнивают с научными данными.
- **Групповая работа**: разработка **мотивационных программ** для учебных заведений и рабочих мест.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешных и неудачных мотивационных стратегий**.

Тема занятия 15: Психологические аспекты работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение принципов инклюзивного образования и его психологических аспектов.
- **Практикум по решению задач**: разбор кейсов, связанных с обучением детей с ООП.
- **Ролевая игра**: моделирование взаимодействия педагога с обучающимися с разными потребностями.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований и педагогических стратегий инклюзии.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров эффективной адаптации образовательного процесса.

Вопросы к обсуждению:

1. Какие категории обучающихся с особыми образовательными потребностями существуют?
2. Каковы основные психологические особенности детей с ООП?
3. Как адаптировать образовательный процесс для детей с нарушением зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата?
4. Какие методы помогают включать детей с РАС (расстройствами аутистического спектра) в учебный процесс?
5. Как обеспечить эффективную коммуникацию между педагогами, родителями и учениками с ООП?
6. Как педагог может поддерживать мотивацию и уверенность детей с ООП?
7. Какие технологии помогают обучающимся с особыми потребностями?
8. Как инклюзивная среда влияет на всех участников образовательного процесса?
9. Какие психологические и эмоциональные барьеры могут возникнуть у обучающихся с ООП?
10. Как можно развивать эмпатию и толерантность у остальных учащихся в классе?

Темы контрольных работ:

1. Психологические особенности обучения детей с особыми образовательными потребностями.
2. Методы адаптации образовательного процесса в инклюзивной среде.
3. Влияние педагогического подхода на развитие личности детей с ООП.
4. Психолого-педагогические технологии, используемые при обучении детей с ООП.
5. Роль междисциплинарного взаимодействия в работе с детьми с ООП.

Темы проектов:

1. **«Разработка индивидуального образовательного маршрута»** – составление плана обучения для ученика с ООП.
2. **«Психологическая поддержка детей с ООП в образовательной среде»** – создание рекомендаций для учителей и родителей.
3. **«Инклюзивные технологии»** – анализ современных цифровых решений для обучения детей с ООП.
4. **«Эмпатия и толерантность в классе»** – проект по созданию образовательной программы для обычных учеников об инклюзии.
5. **«Психологические барьеры у педагогов в работе с детьми с ООП»** – изучение сложностей и способов их преодоления.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как адаптировать урок?»

Задание:
Студенты получают учебный материал и задание на тему (например, урок по математике или литературе) и должны:

- Адаптировать его для ученика с нарушением зрения, слуха, РАС или другими ООП.
- Предложить стратегии взаимодействия, которые помогут ученику лучше усвоить материал.
- Обсудить, какие трудности могут возникнуть у преподавателя и как их преодолеть.

---

2. Анализ кейсов «Работа с детьми с ООП»

Задание:
Студенты изучают **реальные случаи взаимодействия педагогов с детьми с ООП** и предлагают пути решения.

- Какие методы адаптации были использованы?
- Какие трудности возникли и как их можно предотвратить?
- Как можно улучшить учебный процесс для таких детей?

Пример кейсов:

1. **Ученик с дислексией испытывает сложности с чтением и письмом, что влияет на его успеваемость.**
2. **В классе учится ребёнок с РАС, которому трудно общаться со сверстниками.**
3. **Ребёнок с нарушением слуха не может следить за лекцией, но не использует слуховой аппарат.**

---

3. Ролевая игра «Как найти подход к ученику с ООП»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает сценарий:

- Один студент играет **учителя**, другой – **ученика с ООП**, а третий – **помощника учителя или родителя**.
- Группа разрабатывает стратегию взаимодействия, чтобы помочь ученику интегрироваться в учебный процесс.
- После ролевой игры обсуждаются успешные техники и ошибки, которые стоит избегать.

Примеры сценариев:

1. **Ученик с СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности) часто отвлекается и мешает уроку.**

2. **Ребёнок с ограниченными возможностями передвижения испытывает сложности с доступом в школьные помещения.**
3. **Ребёнок с тревожным расстройством боится отвечать у доски и взаимодействовать с одноклассниками.**

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие практических навыков** – задания должны помогать студентам понимать, как адаптировать учебный процесс для детей с ООП.
2. **Эмпатия и толерантность** – важно учитывать эмоциональные и психологические аспекты работы с такими учениками.
3. **Применение теоретических знаний** – студенты должны анализировать реальные кейсы и использовать научные подходы.
4. **Практическое применение** – задания должны быть ориентированы на будущую профессиональную деятельность педагогов.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как помочь ребёнку с ООП чувствовать себя комфортно в классе? Какие сложности испытывают педагоги при работе с инклюзивными классами?
- **Эвристическая беседа**: обсуждение опыта взаимодействия с людьми с ООП, анализ социальных стереотипов.
- **Групповая работа**: разработка рекомендаций для педагогов и родителей.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешной адаптации учебной среды**.

Тема занятия 16: Цифровая психология: влияние информационных технологий на когнитивное развитие

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение плюсов и минусов цифровых технологий для когнитивного развития.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов влияния технологий на мышление, память и внимание.
- **Ролевая игра**: моделирование поведения в условиях информационной перегрузки.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о влиянии цифровых технологий на мозг.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров изменения поведения человека в цифровую эпоху.

Вопросы к обсуждению:

1. Как цифровые технологии изменили восприятие информации?
2. Какие когнитивные процессы наиболее подвержены влиянию цифровых устройств?
3. Какое влияние оказывает многозадачность на эффективность работы мозга?
4. Что такое клиповое мышление, и как оно влияет на восприятие информации?
5. Как интернет влияет на способность к запоминанию и критическому мышлению?
6. Какие когнитивные искажения усиливаются под воздействием цифровых технологий?
7. Каковы основные риски информационной перегрузки?
8. В чём плюсы и минусы цифровых технологий для когнитивного развития?
9. Как цифровые технологии могут способствовать обучению и развитию мышления?
10. Как можно снизить негативное влияние цифровых технологий на познавательные процессы?

Темы контрольных работ:

1. Когнитивные последствия постоянного использования цифровых технологий.
2. Влияние интернета на долговременную память: эффект Google.
3. Критическое мышление в эпоху цифровой информации.
4. Проблема когнитивной перегрузки и методы её снижения.
5. Цифровая среда как фактор формирования клипового мышления.

Темы проектов:

1. **«Как цифровые технологии меняют наше мышление?»** – анализ исследований о когнитивных изменениях в цифровую эпоху.
2. **«Эффект Google: забываем ли мы информацию?»** – эксперимент по влиянию поисковых систем на память.
3. **«Цифровая детоксикация»** – исследование влияния отказа от гаджетов на когнитивные способности.
4. **«Цифровое поколение»** – анализ разницы в обработке информации между поколениями, выросшими в цифровую эпоху и до неё.
5. **«Как социальные сети формируют поведение?»** – изучение механизмов вовлечённости и их влияния на когнитивные процессы.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Внимание и многозадачность»

Задание:
Студенты выполняют две задачи:

1. Читают сложный текст, записывая ключевые моменты.
2. Выполняют ту же задачу, но с параллельным использованием смартфона (переписка, соцсети).

После этого анализируют:

- Как изменилось качество запоминания?
- Какие ошибки появились при разделении внимания?
- Как многозадачность влияет на когнитивные функции?

---

2. Анализ кейсов «Информационная перегрузка»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор случаев**, связанных с перегрузкой информации:

1. Студент не может сосредоточиться на учёбе из-за постоянных уведомлений.
2. Человек испытывает тревожность из-за избытка негативных новостей.
3. Работник офиса чувствует истощение после целого дня онлайн-совещаний.

Задача студентов – **предложить стратегии** снижения когнитивной перегрузки и поддержания продуктивности.

---

3. Ролевая игра «Цифровая зависимость vs цифровая осознанность»

Задание:
Студенты делятся на **две группы**:

- **Первая группа** моделирует ситуацию чрезмерного использования цифровых технологий (постоянные отвлечения, невозможность сосредоточиться).
- **Вторая группа** применяет принципы осознанного цифрового поведения (контроль экранного времени, баланс оффлайн- и онлайн-активностей).

После игры обсуждается:

- Какие трудности испытывала первая группа?
- Какие преимущества были у второй группы?
- Какие техники цифровой гигиены помогают снизить негативное влияние технологий?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Осознание влияния цифровых технологий** – студенты должны анализировать их влияние на мышление, память и внимание.
2. **Развитие критического восприятия информации** – упражнения должны формировать осознанное отношение к цифровой среде.

3. **Практическое применение знаний** – задания должны предлагать способы управления вниманием, снижением когнитивной перегрузки.
4. **Работа с научными исследованиями** – важна аргументация на основе данных когнитивной психологии.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему наше внимание стало более рассеянным в цифровую эпоху? Как можно сохранять концентрацию?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют личный опыт использования цифровых технологий и влияние на их познавательные процессы.
- **Групповая работа**: разработка **практических стратегий цифровой осознанности**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **когнитивных изменений под воздействием цифровой среды**.

Тема занятия 17: Формирование привычек и поведенческих паттернов: психологические механизмы

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение механизмов формирования привычек и их влияния на поведение.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с изменением привычек.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций формирования новых поведенческих паттернов.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о привычках и нейропластичности.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров внедрения полезных привычек и борьбы с деструктивными моделями поведения.

Вопросы к обсуждению:

1. Как формируются привычки с точки зрения когнитивной и нейропсихологии?
2. Какие фазы проходят поведенческие паттерны от формирования до автоматизации?

3. Какова роль подкрепления в закреплении привычек?
4. Какие факторы влияют на устойчивость привычек?
5. Как можно изменить нежелательные поведенческие паттерны?
6. В чём разница между осознанным и автоматическим поведением?
7. Как социальное окружение влияет на формирование привычек?
8. Какие методы используются для изменения долгосрочного поведения?
9. Как нейропластичность мозга связана с привычками?
10. Как можно применять знания о привычках в образовательном и профессиональном контексте?

Темы контрольных работ:

1. Психологические теории формирования привычек: классический и оперантный подходы.
2. Влияние окружения на поведенческие паттерны.
3. Нейробиологические основы формирования и изменения привычек.
4. Самоконтроль и осознанность как инструменты изменения поведенческих паттернов.
5. Методика формирования новых привычек: от постановки цели до автоматизации.

Темы проектов:

1. **«Как формируются привычки?»** – обзор исследований о механизмах поведенческого обучения.
2. **«Изменение привычек: личный эксперимент»** – студенты выбирают привычку и в течение месяца фиксируют результаты её внедрения или изменения.
3. **«Роль привычек в образовательном процессе»** – анализ, как учебные привычки влияют на академическую успешность.
4. **«Методы мотивации для формирования полезных привычек»** – разработка стратегий внедрения новых моделей поведения.
5. **«Привычки успешных людей»** – изучение привычек, которые способствуют достижению профессиональных и личных целей.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как работает петля привычки?»

Задание:
Студенты получают примеры различных привычек (например, привычка проверять телефон перед сном, пить кофе по утрам, бегать по вечерам).

- Они должны **разобрать структуру привычки** по модели Чарльза Дахигга:

1. **Триггер (сигнал)** – что запускает привычку?
2. **Рутина** – какое действие совершается?
3. **Вознаграждение** – какую пользу приносит действие?

После анализа обсуждаются **стратегии изменения нежелательных привычек** через замену триггера или рутины.

---

2. Анализ кейсов «Изменение привычек»

Задание:
Студенты разбирают реальные случаи, когда люди **меняли свои привычки** (например, отказ от курения, развитие спортивного режима, борьба с прокрастинацией).

- Какие стратегии использовались для изменения поведения?
- Что помогло закрепить новую привычку?
- Какие ошибки чаще всего мешают изменить поведение?

Пример кейсов:

1. Человек хочет **раньше ложиться спать**, но не может отказаться от вечернего скроллинга соцсетей.
2. Студент хочет **регулярно заниматься спортом**, но мотивация быстро пропадает.
3. Работник хочет **избавиться от прокрастинации**, но продолжает откладывать дела.

---

3. Ролевая игра «Как изменить поведенческий паттерн?»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает сценарий:

- Один студент играет роль **человека, который хочет изменить привычку**.
- Второй – **консультанта по изменению поведения**, который предлагает стратегии и объясняет принципы формирования привычек.

Примеры сценариев:

1. **Избавление от зависимости от смартфона.**
2. **Формирование привычки утренней зарядки.**
3. **Отказ от сладкого и формирование здорового питания.**

После обсуждаются:

- Какие стратегии оказались наиболее эффективными?
- Какие ошибки допустили участники?
- Какие методы лучше всего подходят для разных типов людей?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Осознание механизмов формирования и изменения привычек** – студенты должны разбирать структуру привычек и пути их модификации.
2. **Развитие саморегуляции** – упражнения должны помогать осознавать влияние привычек на повседневную жизнь и учить управлять ими.
3. **Применение знаний в реальной жизни** – анализ реальных кейсов должен способствовать практическому пониманию поведенческих паттернов.
4. **Работа с научными исследованиями** – задания должны включать аргументацию на основе данных когнитивной психологии и нейронаук.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему нам сложно менять привычки? Какую роль играет мотивация в формировании новых поведенческих паттернов?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **свои привычки** и пытаются объяснить их с научной точки зрения.
- **Групповая работа**: разработка **индивидуальных стратегий изменения привычек**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешного и неудачного изменения привычек**.

Тема занятия 18: Создание развивающей образовательной среды: психологические аспекты

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение факторов, способствующих развитию обучающихся в образовательной среде.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов по созданию комфортной и мотивирующей среды.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций взаимодействия учителя, учеников и родителей в образовательной среде.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о влиянии среды на когнитивное и личностное развитие.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешных образовательных сред.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое развивающая образовательная среда, и какие её основные компоненты?

2. Каковы психологические факторы, влияющие на формирование комфортной образовательной среды?
3. Как физическое пространство школы или университета влияет на когнитивное и эмоциональное состояние обучающихся?
4. Какие педагогические подходы способствуют созданию развивающей образовательной среды?
5. Как взаимодействие между учителем и учащимися влияет на их мотивацию и самооценку?
6. Как технологии могут улучшать образовательную среду, а как – ухудшать?
7. Как обеспечить психологическую безопасность и комфорт в образовательной среде?
8. Как поддерживать вовлечённость обучающихся в образовательный процесс?
9. Какие социальные и эмоциональные факторы важны для успешного развития учащихся?
10. Как можно адаптировать образовательную среду для разных категорий учащихся?

Темы контрольных работ:

1. Психологические теории образовательной среды: анализ ключевых концепций.
2. Влияние физической и социальной среды на когнитивное развитие.
3. Развивающая среда в системе инклюзивного образования.
4. Психологическая безопасность как фактор успешного обучения.
5. Роль педагога в формировании образовательной среды.

Темы проектов:

1. **«Как создать комфортную образовательную среду?»** – разработка практических рекомендаций для учебных заведений.
2. **«Психология образовательного пространства»** – анализ влияния физического пространства на мотивацию и продуктивность.
3. **«Цифровая образовательная среда: вызовы и возможности»** – исследование плюсов и минусов дистанционного обучения.
4. **«Социальные факторы образовательной среды»** – изучение влияния отношений между учащимися и преподавателями.
5. **«Мотивационная образовательная среда»** – разработка методики повышения вовлечённости учащихся.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Факторы образовательной среды»

Задание:
Студенты анализируют предложенные описания образовательных учреждений и оценивают, какие **факторы среды** там присутствуют:

- Психологическая атмосфера.
- Доступность образовательных ресурсов.
- Использование технологий.
- Стиль общения между педагогами и учениками.

После анализа студенты предлагают **стратегии улучшения образовательной среды**.

---

2. Анализ кейсов «Как среда влияет на обучение?»

Задание:
Студенты изучают **реальные случаи**, где образовательная среда либо помогала, либо мешала развитию учащихся.

- Каковы были ключевые факторы успеха или неудачи?
- Какие методы можно было бы применить для улучшения ситуации?
- Какие психологические подходы можно использовать для коррекции образовательной среды?

Пример кейсов:

1. **Учебное заведение с жёсткими дисциплинарными мерами и их влияние на мотивацию учащихся.**
2. **Инновационные школы с проектным обучением и гибким пространством: работают ли они лучше традиционных?**
3. **Влияние дружеской или конфликтной атмосферы в классе на академические успехи учеников.**

---

3. Ролевая игра «Создание образовательной среды»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и моделируют разные сценарии создания образовательной среды:

1. **Учитель создаёт мотивирующую атмосферу в классе.**
2. **Руководство школы внедряет инклюзивные принципы обучения.**
3. **Педагогический коллектив обсуждает изменения в учебной среде для повышения успеваемости.**

Задача студентов – предложить **конкретные действия**, направленные на улучшение образовательного процесса.

После представления решений обсуждается:

- Какие идеи оказались наиболее эффективными?

- Какие возможные сложности могли бы возникнуть при реализации?

Требования к выполнению практического задания:

1. Студенты должны **разобраться в ключевых психологических аспектах образовательной среды**.
2. Упражнения должны быть ориентированы на **анализ реальных ситуаций**.
3. Акцент должен делаться на **поиск решений для улучшения образовательной среды**.
4. Важно учитывать **разные группы обучающихся** – с особыми потребностями, разными стилями обучения и уровнями мотивации.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как образовательная среда влияет на когнитивное развитие? Какие изменения можно внести для повышения продуктивности учащихся?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **свой учебный опыт** и делают выводы о роли среды.
- **Групповая работа**: разработка **программы улучшения образовательной среды**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **эффективных образовательных пространств**.

Тема занятия 19: Эмоциональный интеллект в профессиональной деятельности педагога

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение роли эмоционального интеллекта (ЭИ) в профессиональной деятельности педагога.
- **Практикум по решению задач**: разбор кейсов, связанных с управлением эмоциями в педагогическом процессе.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих высокого уровня эмоционального интеллекта.
- **Работа с текстами**: анализ научных исследований о влиянии ЭИ на педагогическую практику.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешного применения эмоционального интеллекта в образовательной среде.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое эмоциональный интеллект, и какие его ключевые компоненты?
2. Почему ЭИ важен для педагогов?

3. Как ЭИ помогает педагогу справляться со стрессом и профессиональным выгоранием?
4. Каковы основные стратегии развития ЭИ у педагога?
5. Как эмоциональный интеллект влияет на взаимодействие с учениками?
6. Какие техники саморегуляции могут помочь в управлении эмоциями?
7. Как работать с эмоциями учащихся, поддерживая их мотивацию и вовлечённость?
8. Как можно развивать эмпатию у педагогов и учащихся?
9. Как ЭИ помогает разрешать конфликты в образовательной среде?
10. Какие методы можно использовать для тренировки ЭИ в повседневной жизни?

Темы контрольных работ:

1. Влияние эмоционального интеллекта на профессиональную деятельность педагога.
2. Методы развития эмоционального интеллекта у педагогов и учеников.
3. Связь между эмоциональным интеллектом и психологической устойчивостью в профессии.
4. Эмоциональное выгорание и его профилактика через развитие ЭИ.
5. Психологические техники управления эмоциями в стрессовых ситуациях.

Темы проектов:

1. **«Эмоциональный интеллект успешного педагога»** – исследование ключевых навыков ЭИ в педагогической практике.
2. **«Методы развития эмоционального интеллекта у учащихся»** – разработка тренинговой программы.
3. **«Как ЭИ помогает управлять конфликтами в школе?»** – анализ стратегий педагогического общения.
4. **«Эмоциональная атмосфера в классе»** – исследование влияния педагога на эмоциональный фон группы.
5. **«Психология стресса и эмоциональный интеллект»** – изучение взаимосвязи эмоционального самоконтроля и профессионального благополучия.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Развитие саморегуляции у педагога»

Задание:
Студенты выполняют тест на определение уровня эмоционального интеллекта и обсуждают:

- Какие компоненты ЭИ у них развиты лучше всего?
- Какие навыки требуют доработки?

- Какие техники саморегуляции можно использовать в стрессовых ситуациях?

---

2. Анализ кейсов «Эмоциональный интеллект в работе учителя»

Задание:
Студенты анализируют ситуации, в которых педагогу требуется высокий уровень ЭИ:

1. **Учитель сталкивается с агрессией со стороны ученика.**
2. **Педагог получает негативный отзыв от родителей.**
3. **Учитель испытывает эмоциональное выгорание из-за перегрузки.**

Задача студентов – предложить стратегии управления эмоциями и адаптации поведения.

---

3. Ролевая игра «Как работать с эмоциями учеников?»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает ситуацию, где требуется работа с эмоциями:

- Один студент играет **ученика**, который испытывает тревожность перед экзаменом.
- Второй – **педагога**, который помогает ему справиться с переживаниями.
- Третий – **наблюдателя**, который анализирует, насколько эффективно использовались техники эмоционального интеллекта.

После игры обсуждаются стратегии, которые помогли снизить тревожность и повысить уверенность ученика.

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие практических навыков управления эмоциями** – студенты должны научиться анализировать и регулировать свои эмоции.
2. **Фокус на профессиональную деятельность педагога** – упражнения направлены на обучение техникам эффективного взаимодействия с учениками.
3. **Развитие эмпатии** – акцент на понимании эмоций окружающих и их влиянии на образовательный процесс.
4. **Применение научных данных** – задания должны включать аргументацию на основе данных психологии эмоций.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Можно ли научиться управлять эмоциями? Как эмоциональный интеллект влияет на профессиональный успех?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют свой опыт управления эмоциями в сложных ситуациях.

- **Групповая работа**: разработка **стратегий управления стрессом и эмоциональным выгоранием**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешного использования эмоционального интеллекта в педагогике**.

Тема занятия 20: Психология взаимодействия с родителями: стратегии эффективного сотрудничества

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение эффективных и неэффективных стратегий взаимодействия педагога с родителями.
- **Практикум по решению задач**: анализ конфликтных и проблемных ситуаций в общении учителя и родителей.
- **Ролевая игра**: моделирование различных сценариев взаимодействия педагога и родителей.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о психологии педагогического взаимодействия с родителями.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешного и неудачного взаимодействия учителя с родителями.

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы основные принципы эффективного взаимодействия педагога с родителями?
2. Какие стили взаимодействия существуют между учителями и родителями?

3. Каковы причины конфликтов между педагогами и родителями?
4. Какие стратегии могут помочь в разрешении конфликтных ситуаций?
5. Как педагог может повысить доверие со стороны родителей?
6. Какие ошибки чаще всего допускают педагоги в общении с родителями?
7. Как эмоциональный интеллект помогает педагогу строить эффективную коммуникацию с родителями?
8. Как проводить родительские собрания и индивидуальные консультации наиболее продуктивно?
9. Как реагировать на агрессивных или чрезмерно требовательных родителей?
10. Какие методы помогают вовлекать родителей в образовательный процесс ребёнка?

Темы контрольных работ:

1. Психология педагогического взаимодействия с родителями: теоретические основы.
2. Конфликты в системе «педагог – родитель»: причины и стратегии разрешения.
3. Роль педагогического такта в общении с родителями.
4. Методы построения доверительных отношений между педагогами и родителями.
5. Психологические особенности работы с различными типами родителей.

Темы проектов:

1. **«Психология взаимодействия педагога с родителями»** – исследование эффективных моделей взаимодействия.
2. **«Как снизить уровень конфликтов между педагогами и родителями?»** – разработка рекомендаций для учителей.
3. **«Роль родительского участия в образовательном процессе»** – исследование способов вовлечения родителей в школьную жизнь.
4. **«Трудные родители: стратегии общения»** – изучение проблемных ситуаций и методов их разрешения.
5. **«Как организовать родительское собрание эффективно?»** – разработка структуры продуктивного взаимодействия на собраниях.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Типы родителей и стратегии общения»

Задание:
Студенты получают карточки с описаниями различных типов родителей (авторитарные, безразличные, чрезмерно заботливые, требовательные и т. д.).

- Они должны предложить **оптимальные стратегии общения** с каждым типом.
- Обсудить возможные **сложности во взаимодействии** и пути их преодоления.

---

2. Анализ кейсов «Разрешение конфликтных ситуаций»

Задание:
Студенты анализируют реальные и смоделированные случаи конфликтов между учителями и родителями:

1. Родитель требует повысить оценку ребёнку, угрожая жалобами в администрацию.
2. Родители настаивают на том, что их ребёнок не виноват в конфликте с одноклассниками, несмотря на свидетельства.
3. Родители отказываются посещать родительские собрания и игнорируют рекомендации учителя.

- Какие ошибки допустил педагог в каждом случае?
- Как можно было бы предотвратить конфликт?
- Какие стратегии можно использовать для продуктивного взаимодействия?

---

3. Ролевая игра «Учитель – родитель: эффективная коммуникация»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и разыгрывают сценарии взаимодействия:

- Один студент играет роль **педагога**, другой – **родителя** с определённым стилем общения.
- Задача педагога – выстроить диалог, используя **принципы конструктивного взаимодействия**.

Примеры сценариев:

1. Родитель жалуется, что ребёнку задают слишком много домашних заданий.
2. Родитель требует особого отношения к своему ребёнку, считая, что он недооценён.
3. Родитель обвиняет учителя в предвзятости по отношению к ребёнку.

После игры обсуждаются:

- Какие стратегии были эффективными?
- Какие ошибки допускались в коммуникации?
- Как можно было бы улучшить взаимодействие?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие практических навыков взаимодействия** – студенты должны научиться выстраивать эффективную коммуникацию с родителями.

2. **Работа с конфликтными ситуациями** – анализ и выработка стратегий решения сложных кейсов.
3. **Применение теоретических знаний** – задания должны включать аргументацию на основе психологии общения.
4. **Эмпатия и педагогический такт** – акцент на понимании эмоций родителей и выстраивании доверительного диалога.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему родители могут воспринимать учителя враждебно? Как педагог может выстроить доверительный контакт с родителями?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **свой личный опыт взаимодействия родителей с учителями**.
- **Групповая работа**: разработка **алгоритмов эффективного общения с родителями**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешного и неудачного взаимодействия с родителями**.

Тема занятия 21: Психологические особенности подросткового возраста: воспитательный потенциал педагога

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение психологических изменений, происходящих в подростковом возрасте.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с педагогическим взаимодействием с подростками.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих воспитательного воздействия.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о возрастной психологии подростков.
- **Анализ видеоматериалов**: разбор примеров педагогического подхода к подросткам.

Вопросы к обсуждению:

1. Какие психологические изменения происходят в подростковом возрасте?
2. В чём заключается кризис идентичности у подростков?
3. Каковы особенности эмоциональной регуляции в этом возрасте?
4. Какие факторы влияют на формирование самооценки подростка?

5. Какую роль играет сверстническое окружение в развитии личности подростка?
6. Каковы основные педагогические стратегии работы с подростками?
7. Какие методы воспитательного воздействия наиболее эффективны в подростковом возрасте?
8. Как педагог может влиять на формирование ценностных ориентаций у подростков?
9. Каковы причины подросткового бунта, и как с ним работать?
10. Каковы принципы эффективного общения с подростками?

Темы контрольных работ:

1. Возрастная психология подростков: основные теории.
2. Влияние кризиса идентичности на поведение подростков.
3. Роль педагогики в формировании личностных ценностей подростков.
4. Конфликты между подростками и взрослыми: причины и способы разрешения.
5. Психологическая поддержка подростков в образовательной среде.

Темы проектов:

1. **«Психология подростков: мифы и реальность»** – анализ научных данных и стереотипов о подростковом возрасте.
2. **«Как помочь подростку определить жизненные цели?»** – разработка методик и рекомендаций.
3. **«Самооценка подростков и влияние социальной среды»** – исследование факторов, формирующих уверенность в себе.
4. **«Педагог как наставник»** – изучение моделей эффективного педагогического взаимодействия.
5. **«Проблемы подросткового возраста и пути их решения»** – обзор основных трудностей и воспитательных стратегий.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как общаться с подростками?»

Задание:
Студенты получают карточки с разными педагогическими ситуациями (например, подросток отказывается участвовать в уроке, демонстрирует агрессию или замыкается в себе).

- Они должны предложить **эффективные стратегии взаимодействия** с подростком.
- Обосновать свой выбор, опираясь на возрастную психологию.

---

2. Анализ кейсов «Проблемы воспитания подростков»

Задание:
Преподаватель предлагает студентам **разбор реальных ситуаций** работы с подростками:

1. Подросток конфликтует с родителями и учителями.
2. Ученик переживает кризис самооценки и отказывается от участия в школьных активностях.
3. Подросток проявляет деструктивное поведение, привлекая внимание сверстников.

Студенты должны:

- Определить психологические причины поведения.
- Предложить стратегии педагогического воздействия.
- Разработать план действий для работы с учеником.

---

3. Ролевая игра «Учитель и подросток»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает сценарий:

- Один студент играет **педагога**, другой – **подростка с определённой проблемой (низкая самооценка, протест, тревожность и т. д.)**.
- Педагог должен найти способ наладить контакт и поддержать подростка.

После разыгрывания сцен участники обсуждают:

- Какие стратегии общения оказались наиболее эффективными?
- Какие ошибки были допущены?
- Как можно выстроить доверительное взаимодействие с подростками?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Анализ возрастных особенностей подростков** – задания должны учитывать эмоциональные, когнитивные и социальные изменения этого периода.
2. **Развитие педагогических компетенций** – упражнения направлены на отработку навыков взаимодействия с подростками.
3. **Применение знаний в реальной жизни** – задания должны быть ориентированы на будущую профессиональную деятельность.
4. **Эмпатия и психологическая гибкость** – студенты должны учиться понимать эмоции и мотивы подростков.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему подростки часто конфликтуют со взрослыми? Какие педагогические стратегии лучше всего работают с подростками?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **личный подростковый опыт** и делают выводы о педагогических подходах.
- **Групповая работа**: разработка **стратегий воспитания и взаимодействия с подростками**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешных методов педагогического влияния**.

Тема занятия 22: Лидерство и организационная психология в образовательной сфере

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение роли лидерства в образовательной среде.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов о влиянии лидеров на образовательные организации.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих управленческих решений.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований по теме лидерства и организационной психологии.
- **Анализ видеоматериалов**: разбор примеров успешного и неэффективного лидерства в образовательной сфере.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое лидерство, и какие его основные теории?
2. В чём разница между авторитарным, демократическим и либеральным стилями управления?
3. Какие качества необходимы лидеру в образовательной среде?
4. Как лидерство влияет на мотивацию сотрудников и учащихся?

5. В каких случаях лидерские качества особенно важны для педагога?
6. Каковы особенности организационной культуры образовательных учреждений?
7. Какие факторы способствуют эффективному управлению образовательными организациями?
8. Как предотвратить конфликты между сотрудниками и управлять командной работой?
9. Как развивать лидерские качества у педагогов и студентов?
10. Какие современные тенденции в образовательном лидерстве можно выделить?

Темы контрольных работ:

1. Теории лидерства: сравнительный анализ подходов.
2. Организационная культура в образовательных учреждениях.
3. Роль руководителя в формировании эффективной команды педагогов.
4. Лидерство в образовании: влияние на академические результаты учащихся.
5. Психологические аспекты принятия решений в управлении образованием.

Темы проектов:

1. **«Каким должен быть лидер в образовании?»** – исследование качеств эффективного руководителя школы/вуза.
2. **«Стиль управления и его влияние на образовательный процесс»** – анализ кейсов успешного и неудачного лидерства.
3. **«Как создать эффективную образовательную команду?»** – разработка рекомендаций для руководителей школ и вузов.
4. **«Лидерство среди педагогов»** – исследование возможностей саморазвития учителей как лидеров.
5. **«Психология лидерства в детских и подростковых группах»** – изучение лидерских качеств у школьников и студентов.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Определи свой лидерский стиль»

Задание:
Студенты проходят тест для определения своего **лидерского стиля** (авторитарный, демократический, либеральный, трансформационный и др.).

- Какие преимущества и недостатки есть у их стиля?
- Как можно развить гибкость в лидерстве?
- Как стиль управления влияет на коллектив?

---

2. Анализ кейсов «Лидерские стратегии в образовании»

Задание:
Студенты изучают **реальные случаи управления образовательными учреждениями**.

- Какие методы лидерства использовались?
- Каковы были последствия решений руководителей?
- Какие альтернативные стратегии можно было бы применить?

Пример кейсов:

1. Руководитель школы вводит новые технологии, но сталкивается с сопротивлением учителей.
2. Директор школы решает перейти на проектное обучение, но учителя не понимают, как это внедрить.
3. Педагог выступает лидером в коллективе, но сталкивается с критикой со стороны коллег.

---

3. Ролевая игра «Лидер в образовательной среде»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает сценарий:

- Один студент играет **руководителя**, принимающего управленческое решение.
- Другие студенты – **коллектив педагогов или учеников**, которые реагируют на изменения.

Примеры сценариев:

1. Руководитель внедряет новые правила оценки знаний учащихся.
2. Директор решает создать школьное самоуправление.
3. Учитель вводит инновационные методы преподавания, но встречает сопротивление коллег.

После ролевой игры обсуждаются:

- Какое решение было наиболее эффективным?
- Какие трудности возникли при взаимодействии?
- Как можно было бы улучшить процесс принятия решений?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие лидерских качеств** – студенты должны понять, как управлять коллективами и принимать решения.
2. **Анализ стилей управления** – задания должны помочь осознать плюсы и минусы различных лидерских подходов.

3. **Развитие навыков командной работы** – важно учитывать влияние лидерства на групповую динамику.
4. **Применение теории в практике** – задания должны моделировать реальные ситуации образовательного лидерства.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Какие лидеры наиболее эффективны в образовании? Почему важно учитывать индивидуальные особенности команды?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **свой личный опыт лидерства** и делают выводы.
- **Групповая работа**: разработка **стратегий управления в образовательных учреждениях**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **лидерства и его влияния на образовательный процесс**.

Тема занятия 23: Психология убеждения и эффективных презентационных стратегий

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение принципов убеждения и эффективной аргументации.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с риторикой и влиянием.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих убеждения аудитории.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о механизмах убеждения.
- **Анализ видеоматериалов**: разбор успешных и неудачных примеров публичных выступлений.

Вопросы к обсуждению:

1. Какие когнитивные механизмы лежат в основе убеждения?
2. В чём разница между манипуляцией и убеждением?
3. Какие риторические приёмы помогают сделать выступление более убедительным?
4. Каковы принципы построения эффективной аргументации?
5. Как невербальная коммуникация влияет на восприятие речи?
6. Какие ошибки чаще всего совершаются при публичных выступлениях?
7. Как структурировать презентацию, чтобы удерживать внимание аудитории?

8. Какие принципы работы с возражениями помогают лучше убеждать?
9. Как адаптировать речь под разную аудиторию?
10. Какие технологии могут усилить воздействие презентации?

Темы контрольных работ:

1. Психологические механизмы убеждения: от классической риторики до нейронаук.
2. Анализ эффективных стратегий аргументации.
3. Влияние невербального поведения на восприятие оратора.
4. Применение убеждающих техник в образовательной и деловой среде.
5. Ошибки в риторике: как избежать неэффективных коммуникаций.

Темы проектов:

1. **«Как убедить аудиторию?»** – исследование наиболее действенных стратегий убеждения.
2. **«Развитие уверенности в публичных выступлениях»** – анализ методик подготовки ораторов.
3. **«Психология презентаций»** – изучение влияния структуры и визуального контента на восприятие информации.
4. **«Критическое мышление и аргументация»** – проект по развитию навыков аргументированной речи у студентов.
5. **«Как технологии меняют коммуникацию?»** – анализ цифровых инструментов для презентаций и риторики.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Структура убедительной речи»

Задание:
Студенты получают тезисы разных выступлений и должны:

- Выявить **ключевые аргументы**.
- Определить **сильные и слабые стороны** аргументации.
- Предложить **альтернативные формулировки**, усиливающие эффект убеждения.

---

2. Анализ кейсов «Успешное и неудачное убеждение»

Задание:
Студенты разбирают реальные выступления (например, TED Talks, политические дебаты, деловые презентации).

- Какие приёмы использовал оратор?
- Как реагировала аудитория?
- Какие ошибки можно было бы исправить?

Примеры кейсов:

1. Деловая презентация, которая провалилась из-за скучной подачи.
2. Политическое выступление, в котором использовались манипулятивные аргументы.
3. Мотивирующий спич, вызвавший эмоциональный отклик аудитории.

---

3. Ролевая игра «Спор двух сторон»

Задание:
Студенты делятся на **группы**:

- Одна группа должна **убедить** аудиторию в одном мнении.
- Другая – **опровергнуть** их аргументы.

Темы для спора:

1. Нужно ли отменить оценки в школах?
2. Стоит ли полностью переходить на дистанционное обучение?
3. Полезны ли социальные сети или вредны?

После обсуждения студенты оценивают, **какие аргументы были наиболее убедительными** и почему.

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие навыков аргументации** – студенты должны научиться структурировать и отстаивать свою позицию.
2. **Фокус на психологию восприятия** – анализ риторики и когнитивных механизмов убеждения.
3. **Работа с аудиторией** – студенты должны учитывать факторы вовлечённости и обратной связи.
4. **Применение теоретических знаний на практике** – использование психологических моделей влияния и убеждения.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему одни люди убеждают легко, а другие – нет? Как избежать манипуляции в общении?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют примеры убедительной и неубедительной аргументации.

- **Групповая работа**: разработка **стратегий эффективных презентаций**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешных и неудачных выступлений**.

Тема занятия 24: Применение арт-терапевтических методик в образовательном процессе

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение роли арт-терапии в образовательном процессе.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с использованием арт-терапевтических техник.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций работы педагога с учащимися, использующего арт-терапию.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о влиянии арт-терапии на когнитивное и эмоциональное развитие.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешного применения арт-терапии в образовании.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое арт-терапия и какие её основные направления?
2. Как арт-терапия влияет на когнитивное и эмоциональное развитие обучающихся?
3. В каких случаях можно использовать арт-терапевтические методики в образовательном процессе?
4. Как арт-терапия помогает в развитии креативности и эмоциональной регуляции?

5. Каковы основные техники арт-терапии и их применение в работе с детьми и подростками?
6. Какие возрастные особенности необходимо учитывать при использовании арт-терапии в образовательной среде?
7. Как можно адаптировать арт-терапию для работы с учащимися с особыми образовательными потребностями?
8. Какие инструменты и материалы можно использовать для организации арт-терапевтических занятий?
9. Как арт-терапия помогает снизить уровень стресса и тревожности у обучающихся?
10. Какие педагогические эффекты можно ожидать от систематического использования арт-терапии в образовательном процессе?

Темы контрольных работ:

1. Теоретические основы арт-терапии: психотерапевтический и педагогический аспекты.
2. Влияние арт-терапевтических методик на эмоциональное состояние учащихся.
3. Применение арт-терапии в работе с детьми с особыми образовательными потребностями.
4. Развитие креативного мышления через арт-терапевтические методики.
5. Арт-терапия как метод профилактики стресса и тревожности в образовательной среде.

Темы проектов:

1. **«Разработка программы арт-терапии для школы»** – создание комплекса занятий по арт-терапии для учащихся разного возраста.
2. **«Как арт-терапия помогает преодолеть стресс у обучающихся?»** – исследование влияния творческих методик на уровень тревожности.
3. **«Рисунок как средство диагностики эмоционального состояния»** – анализ детских рисунков с точки зрения психологии.
4. **«Музыкальная терапия в образовательной среде»** – разработка практических рекомендаций для педагогов.
5. **«Творческий подход в обучении»** – исследование использования арт-терапевтических методов для развития креативного мышления.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Техники арт-терапии»

Задание:
Студенты получают карточки с описаниями различных техник арт-терапии (изотерапия, мандалотерапия, музыкальная терапия, песочная терапия, драматерапия).

- Они должны разработать сценарий образовательного занятия, включающего эту методику.
- Обсудить возможные педагогические эффекты.

---

2. Анализ кейсов «Арт-терапия в образовательной практике»

Задание:
Студенты изучают **реальные примеры использования арт-терапии в образовании**:

1. Использование рисования для помощи детям с тревожными расстройствами.
2. Музыкальная терапия для улучшения концентрации и внимания у младших школьников.
3. Арт-терапия в работе с детьми с РАС (расстройствами аутистического спектра).

- Как арт-терапевтические методы помогли в каждом случае?
- Какие сложности могли возникнуть при их внедрении?
- Как можно адаптировать методики для разных групп учащихся?

---

3. Ролевая игра «Арт-терапевтическое занятие»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая группа получает задачу:

- Одна группа разрабатывает **арт-терапевтическое занятие** для детей младшего школьного возраста.
- Другая – для подростков.
- Третья – для учащихся с особыми образовательными потребностями.

После презентации занятия обсуждаются:

- Какие техники использовались и почему?
- Как можно адаптировать занятия под возрастные и когнитивные особенности детей?
- Какие эффекты можно ожидать от применения этих методик?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Анализ эффективности арт-терапии** – студенты должны изучить теоретические основы и практическое применение методик.
2. **Развитие творческого подхода** – упражнения направлены на освоение способов внедрения арт-терапии в образовательный процесс.
3. **Практическая применимость** – задания должны учитывать возрастные и психологические особенности учащихся.
4. **Работа с эмоциями** – важен акцент на эмоциональном состоянии обучающихся и методах его коррекции через арт-терапию.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как арт-терапия помогает в образовательном процессе? Можно ли использовать арт-терапию для обучения?
- **Эвристическая беседа**: студенты обсуждают **личный опыт участия в творческих занятиях** и их влияние на эмоциональное состояние.
- **Групповая работа**: разработка **комплекса арт-терапевтических занятий** для образовательных учреждений.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешного использования арт-терапии в образовании**.

Тема занятия 25: Когнитивные искажения и развитие критического мышления у обучающихся

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение природы когнитивных искажений и их влияния на мышление.
- **Практикум по решению задач**: анализ примеров когнитивных искажений и их последствий.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих критического мышления.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о когнитивных искажениях.
- **Анализ видеоматериалов**: разбор примеров ложных аргументов, манипуляций и логических ошибок.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое когнитивные искажения, и как они формируются?
2. Каковы наиболее распространённые когнитивные искажения?
3. Как когнитивные искажения влияют на принятие решений?
4. В чём разница между рациональным мышлением и мышлением, подверженным искажениям?
5. Как когнитивные искажения используются в рекламе и СМИ?

6. Какие методы помогают развивать критическое мышление у обучающихся?
7. Какова роль логики и аргументации в преодолении когнитивных ошибок?
8. Как манипуляции и когнитивные искажения влияют на восприятие информации?
9. Какие техники помогают осознавать и снижать влияние когнитивных искажений?
10. Как критическое мышление может помочь в учебе и повседневной жизни?

Темы контрольных работ:

1. Психологические основы когнитивных искажений.
2. Влияние когнитивных искажений на восприятие информации и принятие решений.
3. Методы развития критического мышления у обучающихся.
4. Логические ошибки в аргументации: как их распознавать и избегать?
5. Роль когнитивных искажений в формировании общественного мнения.

Темы проектов:

1. **«Разбор когнитивных искажений в СМИ»** – анализ новостей и рекламных материалов с точки зрения логических ошибок.
2. **«Как обучить школьников критическому мышлению?»** – разработка методических рекомендаций.
3. **«Манипуляции в публичных выступлениях»** – изучение риторических приёмов, основанных на когнитивных искажениях.
4. **«Эффект Даннинга-Крюгера: почему люди переоценивают свои знания?»** – исследование и примеры из жизни.
5. **«Когнитивные искажения в принятии финансовых решений»** – как ошибки мышления влияют на траты и инвестирование.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Распознаём когнитивные искажения»

Задание:
Студенты получают карточки с различными ситуациями (например, «Я всегда проигрываю в лотерее, значит, мне не везёт», «Этот эксперт сказал, что это правда, значит, так и есть»).

- Они должны определить, **какое когнитивное искажение используется** (например, ошибка подтверждения, эффект авторитета, фундаментальная ошибка атрибуции).
- Обсудить, как можно **избежать подобного искажения**.

---

2. Анализ кейсов «Как когнитивные искажения влияют на решения?»

Задание:
Студенты анализируют реальные случаи когнитивных искажений:

1. Почему люди склонны переоценивать свои знания? (Эффект Даннинга-Крюгера)
2. Как эффект «якоря» влияет на ценообразование?
3. Почему люди больше боятся авиакатастроф, чем автомобильных аварий? (Эвристика доступности)

- Каковы последствия этих искажений?
- Какие методы можно использовать, чтобы избежать ошибок мышления?

---

3. Ролевая игра «Логика против эмоций»

Задание:
Студенты делятся на **группы**:

- **Одна группа** аргументирует свою точку зрения, используя эмоциональные аргументы и когнитивные искажения.
- **Другая группа** должна выявить логические ошибки и опровергнуть их с помощью рационального анализа.

Темы для спора:

1. Стоит ли запрещать соцсети?
2. Все ли люди должны получать высшее образование?
3. Полезны ли видеоигры для развития когнитивных навыков?

После обсуждения студенты оценивают:

- Как эмоции влияют на восприятие информации?
- Какие приёмы логики помогли защитить аргументы?
- Как критическое мышление помогает избегать манипуляций?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие критического мышления** – студенты должны научиться распознавать и анализировать когнитивные искажения.
2. **Анализ реальных примеров** – упражнения должны включать примеры из повседневной жизни, медиа и политики.
3. **Фокус на осознание собственных ошибок мышления** – важно не только изучать теорию, но и применять её на практике.
4. **Работа с логикой и аргументацией** – акцент на развитие навыков логического анализа информации.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как когнитивные искажения влияют на наши решения? Можно ли полностью избавиться от ошибок мышления?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют примеры когнитивных искажений в своей жизни.
- **Групповая работа**: разработка **методики обучения критическому мышлению** для школьников.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **манипуляций и логических ошибок в публичных дискуссиях**.

Тема занятия 26: Психологические аспекты цифровой зависимости и информационной перегрузки

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение причин и последствий цифровой зависимости и информационной перегрузки.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с чрезмерным использованием цифровых технологий.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций цифровой зависимости и поиска решений.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о влиянии цифровых технологий на психику.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров влияния информационной перегрузки на когнитивные функции.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое цифровая зависимость, и чем она отличается от обычного использования технологий?
2. Какие психологические и нейрофизиологические механизмы лежат в основе цифровой зависимости?
3. Как постоянное использование цифровых устройств влияет на внимание и память?
4. В чём опасность информационной перегрузки?

5. Как цифровые технологии могут провоцировать тревожные состояния и стресс?
6. Какие когнитивные искажения усиливаются при длительном потреблении цифрового контента?
7. Каковы стратегии саморегуляции и осознанного потребления информации?
8. Как социальные сети формируют поведенческие паттерны и зависимость?
9. Какие методы профилактики цифровой зависимости можно применять в образовательном процессе?
10. Как создать здоровый баланс между цифровой активностью и офлайн-жизнью?

Темы контрольных работ:

1. Психологические механизмы формирования цифровой зависимости.
2. Влияние информационной перегрузки на когнитивные процессы.
3. Методы осознанного потребления цифровой информации.
4. Цифровая детоксикация: миф или реальный способ улучшения психического здоровья?
5. Психология зависимости от социальных сетей и мобильных приложений.

Темы проектов:

1. **«Как технологии изменили нашу концентрацию?»** – анализ научных данных о влиянии цифровых устройств на внимание.
2. **«Осознанное использование гаджетов»** – разработка практических рекомендаций для пользователей.
3. **«Социальные сети и зависимость»** – исследование влияния алгоритмов на вовлечённость пользователей.
4. **«Диджитал-детокс: эксперимент»** – отказ от цифровых устройств на определённый срок и фиксация изменений в поведении.
5. **«Формирование цифровой гигиены»** – создание образовательной программы для школьников и студентов.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как определить уровень цифровой зависимости?»

Задание:
Студенты проходят тест на определение уровня цифровой зависимости (например, шкала зависимости от смартфонов или соцсетей).

- Какие результаты у большинства студентов?
- Какие признаки цифровой зависимости они замечают у себя или окружающих?

- Как можно уменьшить негативное влияние цифровых технологий?

---

2. Анализ кейсов «Последствия цифровой перегрузки»

Задание:
Студенты разбирают реальные случаи, где цифровые технологии привели к когнитивным и эмоциональным проблемам:

1. Человек испытывает тревожность и стресс из-за постоянного чтения новостей.
2. Подросток теряет интерес к офлайн-активностям из-за увлечения соцсетями.
3. Сотрудник офиса испытывает выгорание из-за многозадачности и постоянных уведомлений.

- Какие стратегии могли бы помочь в каждой ситуации?
- Какие альтернативные способы получения информации можно предложить?

---

3. Ролевая игра «Как справиться с цифровой зависимостью?»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и моделируют ситуацию, в которой человеку необходимо снизить зависимость от гаджетов.

- Одна группа играет роль человека, страдающего от цифровой зависимости.
- Вторая – консультантов, которые предлагают стратегии саморегуляции и альтернативные способы проведения времени.

После игры обсуждаются:

- Какие методы оказались наиболее эффективными?
- Почему людям трудно отказаться от цифровых технологий?
- Как можно поддерживать баланс между онлайн- и офлайн-активностями?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Развитие осознанного использования цифровых технологий** – студенты должны понимать, как управлять информационными потоками.
2. **Анализ влияния цифровой среды** – упражнения должны способствовать критическому осмыслению использования гаджетов.
3. **Фокус на психологическое благополучие** – задания должны учитывать влияние технологий на когнитивные и эмоциональные процессы.
4. **Применение научных данных** – работа с исследованиями в области когнитивной психологии и нейробиологии.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как цифровые технологии изменили наше мышление? Можно ли контролировать потребление информации?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют свой опыт взаимодействия с цифровыми устройствами.
- **Групповая работа**: разработка **стратегий цифровой гигиены**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **влияния цифровой зависимости на поведение**.

Тема занятия 27: Психология саморегуляции и профилактика эмоционального истощения педагога

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение факторов, влияющих на эмоциональное истощение педагогов.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с профессиональным выгоранием.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих саморегуляции и стрессоустойчивости.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о механизмах саморегуляции и профилактике стресса.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров успешных стратегий управления эмоциями.

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое саморегуляция, и какие её основные механизмы?
2. Какие факторы способствуют эмоциональному истощению у педагогов?
3. Каковы основные признаки профессионального выгорания?
4. Какие методы саморегуляции помогают справляться со стрессом в образовательной среде?
5. Каковы ключевые стратегии профилактики эмоционального истощения?
6. Как эмоциональный интеллект влияет на стрессоустойчивость педагога?

7. Какие техники релаксации можно использовать в повседневной педагогической практике?
8. Как педагог может выстроить границы между работой и личной жизнью?
9. Какую роль играет физическая активность в профилактике эмоционального истощения?
10. Какие привычки способствуют психологической устойчивости и саморегуляции?

Темы контрольных работ:

1. Психологические теории саморегуляции и их применение в педагогической деятельности.
2. Феномен профессионального выгорания: причины и последствия.
3. Методы профилактики стресса и эмоционального истощения у педагогов.
4. Влияние саморегуляции на педагогическую продуктивность и удовлетворённость работой.
5. Психологические стратегии управления эмоциями в образовательной среде.

Темы проектов:

1. **«Как педагогу сохранить эмоциональное благополучие?»** – разработка рекомендаций по профилактике стресса.
2. **«Роль физической активности в предотвращении эмоционального истощения»** – исследование влияния спорта и активного отдыха.
3. **«Практики осознанности (mindfulness) для педагогов»** – изучение и тестирование методик медитации и релаксации.
4. **«Личный план стресс-менеджмента»** – создание индивидуальной программы саморегуляции.
5. **«Как образовательная среда влияет на уровень стресса педагогов?»** – исследование влияния организационной культуры на эмоциональное состояние.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как определить уровень стресса и выгорания?»

Задание:
Студенты проходят тест на уровень профессионального выгорания (например, методика В.В. Бойко) и обсуждают:

- Какие результаты получились у большинства студентов?
- Какие факторы могут повлиять на риск эмоционального истощения?
- Какие стратегии снижения стресса можно предложить?

---

2. Анализ кейсов «Как справляться с профессиональным выгоранием?»

Задание:
Студенты анализируют **реальные случаи выгорания педагогов**:

1. Учитель жалуется на постоянное ощущение усталости, но не может взять отпуск.
2. Педагог теряет мотивацию и интерес к профессии из-за конфликтов с коллегами.
3. Преподаватель ощущает эмоциональную перегруженность после длительного периода дистанционного обучения.

- Какие причины выгорания в каждом случае?
- Какие методы профилактики можно предложить?
- Как изменить рабочую среду, чтобы снизить уровень стресса?

---

3. Ролевая игра «Как помочь коллеге справиться с выгоранием?»

Задание:
Студенты делятся на **группы**, каждая получает ситуацию, связанную с эмоциональным истощением:

- Один студент играет роль **педагога, испытывающего стресс**.
- Второй – **психолога или HR-специалиста**, предлагающего методы преодоления выгорания.
- Остальные – **наблюдатели**, анализирующие предложенные стратегии.

После игры обсуждаются:

- Какие техники саморегуляции были предложены?
- Какие ошибки в управлении стрессом были замечены?
- Как можно было бы улучшить поддержку педагогов?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Анализ причин и последствий стресса** – студенты должны понимать, как эмоциональное истощение влияет на продуктивность и здоровье.
2. **Развитие практических навыков саморегуляции** – упражнения должны формировать умение справляться с эмоциональной нагрузкой.
3. **Работа с реальными кейсами** – задания должны моделировать ситуации из педагогической практики.
4. **Фокус на профилактику** – акцент на стратегиях предотвращения эмоционального истощения.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Почему педагоги подвержены стрессу и выгоранию? Как выстроить здоровый баланс между работой и отдыхом?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют **личный опыт стресса и способы борьбы с ним**.
- **Групповая работа**: разработка **программы психологической поддержки для педагогов**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешных стратегий профилактики эмоционального истощения**.

Тема занятия 28: Будущее психологии: трансформация личности в цифровую эпоху

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение влияния цифровых технологий на личность и психику.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, связанных с изменением идентичности в цифровой среде.
- **Ролевая игра**: моделирование взаимодействия человека с цифровой реальностью.
- **Работа с текстами**: изучение научных исследований о влиянии цифровых технологий на психику и личностное развитие.
- **Анализ видеоматериалов**: изучение примеров цифровой социализации и изменений поведения.

Вопросы к обсуждению:

1. Как цифровая среда влияет на формирование личности?
2. Какие изменения происходят в идентичности человека в эпоху интернета?
3. Как социальные сети изменяют самовосприятие и представление о реальности?
4. Как виртуальные пространства влияют на эмоциональную сферу личности?
5. Какие психологические риски связаны с цифровизацией жизни?
6. Как искусственный интеллект и алгоритмы изменяют наше поведение?
7. Как цифровая среда влияет на критическое мышление и восприятие информации?
8. Можно ли говорить о «цифровом бессмертии» как новой форме существования личности?
9. Как виртуальная реальность влияет на формирование социальных навыков?

10. Как может развиваться психология в будущем с учётом цифровых технологий?

Темы контрольных работ:

1. Психологические изменения личности в цифровую эпоху.
2. Влияние социальных сетей на идентичность и самооценку.
3. Когнитивные изменения под влиянием постоянного взаимодействия с цифровыми технологиями.
4. Феномен цифрового бессмертия: миф или реальность?
5. Этические аспекты цифровизации психологии и её влияние на личность.

Темы проектов:

1. **«Как цифровая среда меняет личность?»** – анализ современных исследований.
2. **«Цифровая идентичность: реальная личность или образ?»** – исследование влияния онлайн-пространства на самовосприятие.
3. **«Будущее психологии: как изменится психотерапия с развитием ИИ?»** – анализ перспектив цифровой психологии.
4. **«Психологические эффекты виртуальной реальности»** – исследование влияния VR на поведение и эмоции.
5. **«Как технологии изменили общение?»** – изучение трансформации социальных связей в цифровую эпоху.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как формируется цифровая идентичность?»

Задание:
Студенты анализируют свои профили в соцсетях и сравнивают их с реальным образом.

- Какие элементы они добавляют или скрывают?
- Как изменилось их представление о себе с появлением цифровых технологий?
- Какую роль играет анонимность в онлайн-пространстве?

---

2. Анализ кейсов «Психологические эффекты цифровой среды»

Задание:
Студенты изучают **реальные примеры** трансформации личности под влиянием цифровых технологий:

1. Развитие зависимости от виртуального общения и снижение офлайн-компетенций.
2. Влияние алгоритмов социальных сетей на мировоззрение человека.

3. Формирование «виртуальной личности» и проблемы разрыва между цифровой и реальной идентичностью.

- Какие психологические механизмы задействованы в этих процессах?
- Какие стратегии могут помочь человеку сохранять баланс между цифровым и реальным миром?

---

3. Ролевая игра «Личность в цифровой среде»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и моделируют ситуацию:

- Один студент играет **человека, полностью интегрированного в цифровую среду**.
- Второй – **человека, избегающего цифровых технологий**.
- Третий – **психолога, помогающего найти баланс между цифровым и офлайн-мирами**.

После игры обсуждаются:

- Как цифровая среда влияет на социальные навыки?
- Какие психологические стратегии помогают поддерживать реальную идентичность?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Анализ изменений личности в цифровую эпоху** – студенты должны понимать, как цифровая среда влияет на поведение и самовосприятие.
2. **Развитие критического мышления** – упражнения направлены на осознание последствий цифровизации для психики.
3. **Осознанное отношение к технологиям** – важен баланс между цифровым миром и реальной жизнью.
4. **Применение научных данных** – работа с исследованиями в области цифровой психологии.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Можно ли говорить о появлении «цифрового Я»? Как технологии меняют эмоциональный интеллект?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют свой опыт взаимодействия с цифровыми технологиями.
- **Групповая работа**: разработка **стратегий цифрового благополучия**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **изменения личности под влиянием цифровой среды**.

Тема занятия 29: Обобщение и интеграция психологических знаний в профессиональную деятельность

Формы практических заданий:

- **Дискуссия**: обсуждение применения психологических знаний в различных профессиональных сферах.
- **Практикум по решению задач**: анализ кейсов, в которых психологические знания играют ключевую роль.
- **Ролевая игра**: моделирование ситуаций, требующих психологической компетентности.
- **Работа с текстами**: изучение научных статей о применении психологии в профессии.
- **Анализ видеоматериалов**: разбор примеров профессионального использования психологических подходов.

Вопросы к обсуждению:

1. Как психологические знания помогают в профессиональной деятельности?
2. В каких сферах наиболее востребованы психологические навыки?
3. Как критическое мышление и эмоциональный интеллект повышают профессиональную эффективность?
4. Какие методы саморегуляции помогают справляться с профессиональными стрессами?
5. Как психологические теории применяются в управлении персоналом и работе с коллективами?
6. Как знание когнитивных процессов помогает в обучении и преподавании?
7. Как можно использовать психологию для улучшения межличностных отношений в рабочей среде?
8. Какие психологические компетенции наиболее важны для профессионального роста?

9. Как применять принципы мотивации и убеждения в карьере?
10. Как развивается психологическая культура в современном мире?

Темы контрольных работ:

1. Психологическая компетентность как фактор профессионального успеха.
2. Методы психологической саморегуляции в рабочей среде.
3. Психологические аспекты эффективной коммуникации в профессии.
4. Влияние когнитивных искажений на принятие профессиональных решений.
5. Психологические стратегии управления конфликтами в профессиональной деятельности.

Темы проектов:

1. **«Как психологические знания помогают строить карьеру?»** – исследование роли психологии в профессиональном успехе.
2. **«Эмоциональный интеллект на рабочем месте»** – анализ влияния навыков саморегуляции и эмпатии на продуктивность.
3. **«Когнитивные стратегии принятия решений»** – исследование психологических механизмов выбора.
4. **«Мотивация и продуктивность»** – анализ того, как психологические теории помогают повышать эффективность работы.
5. **«Психологическая культура в организации»** – изучение корпоративной среды через призму психологии.

Иные задания по усмотрению разработчика:

1. Практикум «Как применять психологические знания на работе?»

Задание:
Студенты анализируют профессиональные сценарии и предлагают, какие **психологические знания** помогут в решении задач.
Примеры ситуаций:

- Менеджер должен мотивировать команду на выполнение сложного проекта.
- Учитель работает с учениками, испытывающими трудности с обучением.
- HR-специалист помогает новым сотрудникам адаптироваться в компании.
- Какие психологические принципы могут быть применены?
- Как знание психологии поможет добиться успеха в каждом случае?

---

2. Анализ кейсов «Психология в профессиональной жизни»

Задание:
Студенты анализируют **реальные случаи**, в которых психологические знания помогли (или могли бы помочь) в профессиональной среде:

1. Как знание психологии помогло разрешить конфликт между сотрудниками.
2. Влияние эмпатии и активного слушания на командную работу.
3. Почему профессионалы с высоким уровнем эмоционального интеллекта достигают больших успехов?

- Какие уроки можно извлечь из этих случаев?
- Как избежать ошибок в использовании психологических знаний?

---

3. Ролевая игра «Психологическая компетентность в профессии»

Задание:
Студенты делятся на **группы** и моделируют разные рабочие ситуации:

- **Одна группа** играет роль руководителей, принимающих кадровые решения.
- **Вторая группа** – сотрудников, испытывающих стресс и требующих поддержки.
- **Третья группа** – коллег, помогающих найти оптимальные решения.

После обсуждаются:

- Какие психологические навыки использовались?
- Какие стратегии оказались наиболее эффективными?
- Как можно было бы улучшить взаимодействие?

Требования к выполнению практического задания:

1. **Обобщение знаний** – студенты должны продемонстрировать понимание различных психологических концепций и их применение в профессии.
2. **Практическая направленность** – упражнения должны моделировать реальные ситуации профессиональной жизни.
3. **Критическое осмысление** – важно не только применять знания, но и анализировать их эффективность.
4. **Развитие саморефлексии** – задания должны способствовать осознанию личных профессиональных и психологических качеств.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Проблемные вопросы**: Как психологические знания помогают адаптироваться в профессиональной среде? Какие навыки наиболее важны для карьерного роста?
- **Эвристическая беседа**: студенты анализируют свои сильные и слабые стороны с точки зрения психологии.

- **Групповая работа**: разработка **психологических стратегий профессионального развития**.
- **Анализ кейсов**: изучение примеров **успешного и неуспешного использования психологических знаний в профессии**.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	**Вид самостоятельной работы**
Модуль 1	
Тема 1. Предмет и методы психологии: научный подход к изучению психики	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 2. Теории личности в психологии: от классики к современности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 3. Познавательные процессы: восприятие, память, мышление	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 4. Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 5. Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 6. Структура личности и методы ее изучения: обзор MMPI	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 7. Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 8. Психология стресса и профессионального выгорания: механизмы и методы саморегуляции	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания

Контроль промежуточной аттестации, час	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Модуль 2	
Тема 9. Социальная психология: влияние группы на индивидуальное поведение	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 10. Коммуникативные процессы в образовательной среде: модели и стратегии	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 11. Конфликтология: механизмы возникновения и способы разрешения конфликтов	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 12. Психология влияния и манипуляции в межличностных отношениях	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 13. Психология взросления и сепарации: развитие личности в юношеском возрасте	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 14. Мотивационные стратегии в обучении и профессиональной деятельности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 15. Психологические аспекты работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 16. Цифровая психология: влияние информационных технологий на когнитивное развитие	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Модуль 3	
Тема 17. Формирование привычек и поведенческих паттернов: психологические механизмы	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 18. Создание развивающей образовательной среды: психологические аспекты	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 19. Эмоциональный интеллект в профессиональной деятельности педагога	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания

Тема 20. Психология взаимодействия с родителями: стратегии эффективного сотрудничества	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 21. Психологические особенности подросткового возраста: воспитательный потенциал педагога	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 22. Лидерство и организационная психология в образовательной сфере	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 23. Психология убеждения и эффективных презентационных стратегий	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 24. Применение арт-терапевтических методик в образовательном процессе	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 25. Когнитивные искажения и развитие критического мышления у обучающихся	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 26. Психологические аспекты цифровой зависимости и информационной перегрузки	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 27. Психология саморегуляции и профилактика эмоционального истощения педагога	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 28. Будущее психологии: трансформация личности в цифровую эпоху	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 29. Обобщение и интеграция психологических знаний в профессиональную деятельность	Самостоятельное изучение материала раздела/темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Теме 1: Предмет и методы психологии: научный подход к изучению психики

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные подходы к изучению психики в психологии?
2. В чём различие между научной и житейской психологией?

3. Какие методы исследования психики являются основными в психологии?
4. Как эксперимент отличается от корреляционного метода?
5. В чём заключается значение наблюдения как метода психологии?
6. Какие ограничения существуют у метода опроса?
7. Каковы сильные и слабые стороны психодиагностических методов?
8. Как можно измерять субъективные переживания в психологическом исследовании?
9. Почему этические принципы важны в психологических исследованиях?
10. Как современные технологии влияют на методы исследования психики?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. История развития методов исследования психики.
2. Различие между объективными и субъективными методами психологии.
3. Когнитивная революция: влияние на методы психологических исследований.
4. Этические проблемы в психологических исследованиях.
5. Как экспериментальные исследования формируют научные взгляды на психику?
6. Корреляционные исследования в психологии: возможности и ограничения.
7. Психологическое тестирование: надёжность и валидность измерений.
8. Влияние цифровых технологий на методы исследования психики.
9. Проблема субъективности в качественных исследованиях в психологии.
10. Развитие методов нейропсихологии: перспективы и вызовы.

Кейс-задания

Кейс 1: Наблюдение в реальных условиях

Ситуация:

Студентка-психолог Марина проходит практику в школе. Её задача – провести наблюдение за поведением учащихся на перемене, чтобы выявить закономерности социального взаимодействия. Однако она сталкивается с трудностями: дети ведут себя по-разному в зависимости от присутствия учителя, и она не уверена, как лучше фиксировать наблюдения.

Вопросы для анализа:

1. Какие виды наблюдения существуют в психологии? Какой из них лучше всего подходит для данной ситуации?
2. Как избежать субъективных ошибок при проведении наблюдения?
3. Какие этические принципы необходимо соблюдать при наблюдении за несовершеннолетними?
4. Как можно сделать наблюдение более объективным и достоверным?

Кейс 2: Выбор метода исследования

Ситуация:

Исследователь хочет изучить влияние музыки на концентрацию внимания у студентов во время подготовки к экзаменам. Он рассматривает несколько методов:

- Эксперимент (группа студентов учится с музыкой, другая – без, затем проводится тест на запоминание).
- Опрос (студенты сами оценивают, помогает ли музыка им лучше учиться).
- Корреляционное исследование (сравнивается академическая успеваемость студентов, которые часто слушают музыку во время учёбы, и тех, кто этого не делает).

Вопросы для анализа:

1. Какой метод исследования будет наиболее эффективным? Почему?
2. Какие возможные ограничения есть у каждого из методов?
3. Как можно повысить надёжность результатов исследования?

Кейс 3: Этические дилеммы в психологии

Ситуация:

Молодой исследователь проводит эксперимент по изучению влияния стресса на когнитивные способности. В ходе эксперимента он создаёт стрессовые ситуации для участников (например, ограничение времени на выполнение сложных задач, неожиданное усложнение условий). Один из участников выражает сильное беспокойство, но исследователь продолжает эксперимент.

Вопросы для анализа:

1. Какие принципы этики нарушены в данном исследовании?
2. Как следовало бы организовать эксперимент, чтобы избежать психологического вреда для участников?
3. Какую роль играет информированное согласие в таких исследованиях?

Кейс 4: Тестирование и диагностика

Ситуация:

Психолог в компании HR-отдела проводит тестирование кандидатов на стрессоустойчивость. Один из тестов показывает, что кандидат имеет высокий уровень тревожности. Однако сам кандидат заявляет, что он просто плохо понимает тестовые вопросы.

Вопросы для анализа:

1. Как можно проверить достоверность результатов теста?
2. Какие методы диагностики можно дополнительно использовать для оценки стрессоустойчивости?
3. Какие ограничения есть у психодиагностических тестов, и как их учитывать при принятии решений?

Кейс 5: Развитие методов психологии

Ситуация:

Современные технологии активно внедряются в психологические исследования. Психологи начинают использовать виртуальную реальность (VR) для исследования поведения, искусственный интеллект (AI) для обработки данных, а также нейровизуализацию для изучения работы мозга.

Вопросы для анализа:

1. Как новые технологии могут повлиять на развитие психологических методов?
2. Какие преимущества и недостатки имеет использование VR и AI в психологических исследованиях?
3. Как изменятся требования к психологам с учётом этих изменений?

Задания для самостоятельной работы к Теме 2: Теории личности в психологии: от классики к современности

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Какие подходы к изучению личности существуют в психологии?
2. В чём основные отличия психоаналитического, гуманистического и когнитивного подходов к личности?
3. Как Зигмунд Фрейд объяснял структуру личности?
4. Как теория Юнга отличается от фрейдистского подхода к личности?
5. Какие основные черты включает теория «Большой пятёрки» личности?
6. Как бихевиористы объясняют формирование личности?
7. Какие методы используются для диагностики личностных характеристик?
8. В чём суть концепции самоактуализации Абрахама Маслоу?
9. Как социокультурные факторы влияют на развитие личности?
10. Какие современные теории личности сегодня считаются наиболее перспективными?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Классические и современные теории личности: сравнительный анализ.
2. Психодинамическая теория личности: вклад Фрейда, Юнга и Адлера.
3. Бихевиористическая концепция личности: основные идеи и критика.
4. Гуманистическая психология: Маслоу, Роджерс и их влияние на понимание личности.
5. Теория черт Гордона Олпорта и её значение в современной психологии.
6. Когнитивные аспекты личности: вклад Альберта Бандуры и Джорджа Келли.
7. Как личность формируется под влиянием социальных факторов?
8. Современные методы диагностики личности: тест MMPI, 16PF, «Большая пятёрка».
9. Наследственность и среда в формировании личности: взгляды разных школ психологии.
10. Личность в эпоху цифровых технологий: новые вызовы и перспективы.

Кейс-задания

Кейс 1: Фрейдовский анализ поведения

Ситуация:

Анна – студентка, которая испытывает трудности в общении с окружающими. Она боится выражать свои мысли и часто подавляет свои желания, чтобы угодить другим. В стрессовых ситуациях она начинает кусать ногти, что делает с детства.

Вопросы для анализа:

1. Какую роль в поведении Анны могут играть бессознательные конфликты, согласно психоаналитической теории Фрейда?
2. Какие защитные механизмы личности проявляются в её поведении?
3. Как можно помочь Анне, используя психодинамический подход?

Кейс 2: Черты личности и профессиональный успех

Ситуация:

Два сотрудника одной компании занимают одинаковые должности, но показывают разную продуктивность. Иван — экстраверт, общительный и активный, легко адаптируется к переменам. Алексей — интроверт, внимательный к деталям, но испытывает трудности в общении с коллегами.

Вопросы для анализа:

1. Какую роль в профессиональном успехе могут играть личностные черты (по модели «Большой пятёрки»)?
2. Какой сотрудник будет более успешен в разных типах работы?
3. Можно ли развить определённые личностные черты, или они стабильны на протяжении жизни?

Кейс 3: Личность и социальная среда

Ситуация:

Мария выросла в строгой семье, где подавлялись эмоциональные проявления. Во взрослом возрасте она испытывает трудности в выражении своих чувств, боится близости и предпочитает избегать конфликтов.

Вопросы для анализа:

1. Как социальное окружение в детстве влияет на развитие личности?
2. Как можно объяснить поведение Марии с точки зрения гуманистической психологии?
3. Какие методы коррекции можно использовать для развития эмоциональной открытости?

Кейс 4: Личность и бихевиористический подход

Ситуация:

Максим с детства боялся собак, так как в детстве его укусила соседская собака. Он избегает парков, где гуляют с животными, и испытывает тревогу при их виде.

Вопросы для анализа:

1. Как бихевиористы объясняют формирование страхов?
2. Как можно изменить поведение Максима, используя методы поведенческой терапии?
3. Какие техники классического и оперантного обусловливания могут помочь ему справиться со страхом?

Кейс 5: Цифровая личность

Ситуация:

Игорь ведёт активную жизнь в соцсетях. Его онлайн-образ значительно отличается от реального: он старается выглядеть успешнее, чем есть на самом деле, ретуширует фото и придумывает посты, которые не соответствуют его реальной жизни.

Вопросы для анализа:

1. Какую роль в поведении Игоря играют социальные факторы?
2. Какие концепции личности можно использовать для анализа его онлайн-образа?
3. Как виртуальная среда влияет на идентичность человека?

Задания для самостоятельной работы к Теме 3: Познавательные процессы: восприятие, память, мышление

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Какие основные познавательные процессы выделяют в психологии?
2. Какова структура процесса восприятия?
3. Как работает кратковременная и долговременная память?
4. Какие существуют типы мышления и в чём их различия?
5. Как связаны восприятие и когнитивные искажения?
6. Какие факторы влияют на запоминание информации?
7. Каковы механизмы забывания, и какие теории его объясняют?
8. Что такое эвристики мышления, и как они помогают (или мешают) в принятии решений?
9. Каковы основные стратегии развития критического мышления?
10. Как искусственный интеллект и цифровые технологии меняют процессы мышления и памяти?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние когнитивных процессов на поведение человека.
2. Сенсорное и когнитивное восприятие: сходства и различия.
3. Теории памяти: от Ассоциационизма до современных исследований.
4. Феномен ложных воспоминаний и его значение в юридической практике.
5. Эвристики мышления: как люди принимают решения в условиях неопределённости?
6. Влияние внимания на процессы восприятия и запоминания.
7. Когнитивные искажения и их влияние на повседневные решения.
8. Как работает мышление творческих людей: основные теории креативности.
9. Методы тренировки памяти: что действительно работает?
10. Искусственный интеллект и когнитивные функции: сможет ли ИИ мыслить как человек?

Кейс-задания

Кейс 1: Ошибки восприятия в реальной жизни

Ситуация:

Пётр стоял на оживлённой улице и увидел, как человек вытащил что-то из кармана прохожего. Через несколько минут полицейские попросили Петра описать подозреваемого. Он был уверен, что видел человека в красной куртке, но камеры видеонаблюдения показали, что преступник был в синей.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные причины искажения восприятия у Петра?
2. Какие факторы влияют на достоверность свидетельских показаний?
3. Как можно уменьшить влияние ложных воспоминаний в критических ситуациях?

Кейс 2: Проблемы с памятью

Ситуация:

Марина готовилась к экзамену и учила материал каждый день, но на экзамене забыла важную информацию. При этом спустя неделю она неожиданно вспомнила всё, что было нужно.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные причины забывания информации в стрессовой ситуации?
2. Какие методы запоминания могли бы помочь Марине лучше усвоить материал?
3. Каковы основные принципы распределённого и массового повторения?

Кейс 3: Ложные воспоминания

Ситуация:

Анна уверена, что в детстве у неё был любимый плюшевый медведь, но её родители утверждают, что такого никогда не было. Более того, она даже помнит, как играла с ним.

Вопросы для анализа:

1. Как можно объяснить появление ложных воспоминаний?
2. Какие исследования в когнитивной психологии подтверждают этот феномен?
3. Как ложные воспоминания могут повлиять на судебные разбирательства?

Кейс 4: Логические ошибки в мышлении

Ситуация:

Алексей часто проверяет свой гороскоп и заметил, что предсказания часто совпадают с его реальной жизнью. Он уверен, что астрология – это наука.

Вопросы для анализа:

1. Какие когнитивные искажения влияют на восприятие информации Алексеем?
2. Почему люди склонны верить в предсказания и необоснованные гипотезы?
3. Как можно научить людей критически анализировать подобные утверждения?

Кейс 5: Влияние многозадачности на мышление

Ситуация:

Сергей работает в офисе и выполняет несколько задач одновременно: отвечает на письма, слушает вебинар и делает отчёт. В конце дня он замечает, что плохо запомнил информацию из вебинара и допустил ошибки в отчёте.

Вопросы для анализа:

1. Как многозадачность влияет на внимание и качество выполнения задач?
2. Какие исследования подтверждают вред многозадачности?
3. Как можно улучшить концентрацию и эффективность работы?

Задания для самостоятельной работы к Теме 4: Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое транзактный анализ (ТА), и кто его разработал?
2. Какие три эго-состояния выделял Эрик Берн в своей теории?
3. Каковы особенности взаимодействий между эго-состояниями?
4. Что такое комплементарные, пересекающиеся и скрытые транзакции?
5. Как транзактный анализ помогает в анализе конфликтов?
6. Что такое «психологические игры» в теории Берна?
7. Какой смысл имеют сценарии жизни и драйверы поведения?
8. Как метод транзактного анализа может быть использован в педагогической практике?
9. Как транзактный анализ может помочь в личностном развитии и саморегуляции?
10. Какие техники существуют для выхода из деструктивных сценариев общения?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Основные принципы транзактного анализа Эрика Берна.
2. Применение транзактного анализа в образовательной среде.
3. Эго-состояния и их роль в межличностном взаимодействии.
4. Манипуляции в общении с точки зрения транзактного анализа.
5. Психологические игры: почему люди попадают в повторяющиеся сценарии?
6. Конфликты и их разрешение через транзактный анализ.
7. Как осознанность помогает выйти из деструктивных сценариев общения?
8. Родительские сценарии и их влияние на межличностные отношения.
9. Драйверы поведения и их влияние на карьерный успех.
10. Развитие зрелого эго-состояния: путь к продуктивному взаимодействию.

Кейс-задания

Кейс 1: Анализ транзакций в рабочем коллективе

Ситуация:

Менеджер отдела часто говорит с подчинёнными в стиле «Вы ничего не умеете, я всё сделаю сам», после чего сотрудники либо оправдываются, либо замыкаются. Со временем они перестали проявлять инициативу.

Вопросы для анализа:

1. Какие эго-состояния задействованы в этой ситуации?
2. Какой тип транзакции происходит между менеджером и подчинёнными?
3. Как можно изменить стиль коммуникации, чтобы сотрудники стали более инициативными?

Кейс 2: Конфликт между преподавателем и учеником

Ситуация:
Учитель говорит ученику: «Ты опять не подготовил домашнее задание! Когда же ты начнёшь серьёзно относиться к учёбе?». Ученик отвечает: «А почему я должен это делать? Всё равно мне эта тема не пригодится».

Вопросы для анализа:

1. Какие эго-состояния взаимодействуют в данной ситуации?
2. Как этот диалог можно изменить, чтобы он привёл к продуктивному общению?
3. Как использование транзактного анализа может помочь в педагогической практике?

Кейс 3: Психологические игры в общении

Ситуация:
Маша часто жалуется подруге, что у неё слишком много дел, никто её не понимает, а все вокруг только требуют от неё помощи. Подруга сначала её поддерживает, но затем устает от постоянных жалоб и дистанцируется.

Вопросы для анализа:

1. В какую психологическую игру вовлечена Маша?
2. Какие роли в этой игре исполняют подруга и Маша?
3. Как можно выйти из этого сценария и перевести общение в конструктивное русло?

Кейс 4: Влияние родительских сценариев на профессиональное развитие

Ситуация:
Алексей работает в компании, где ему не нравится, но не уходит, потому что его родители всегда говорили: «Работа должна быть стабильной, а мечты – это для несерьёзных людей». Он хочет сменить профессию, но испытывает страх.

Вопросы для анализа:

1. Какой жизненный сценарий могло сформировать это убеждение?
2. Какие драйверы поведения могут влиять на решение Алексея?
3. Как с помощью транзактного анализа можно осознать и изменить деструктивные сценарии?

Кейс 5: Развитие зрелого эго-состояния

Ситуация:
Антон часто соглашается выполнять лишнюю работу за коллег, даже если это мешает его собственным делам. Когда он пытается отказать, ему становится некомфортно, и он чувствует вину.

Вопросы для анализа:

1. Какие эго-состояния у Антона активируются в такие моменты?
2. Как можно развить у него взрослое эго-состояние, чтобы он мог выстраивать личные границы?
3. Какие фразы и техники помогут Антону научиться отказывать без чувства вины?

Задания для самостоятельной работы к Теме 5: Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные теории мотивации в психологии?
2. В чём разница между внутренней и внешней мотивацией?
3. Как эмоции влияют на процесс принятия решений?
4. Каковы механизмы эмоциональной регуляции?
5. В каких ситуациях эмоциональная саморегуляция играет ключевую роль?
6. Какие стратегии используются для повышения мотивации у студентов и сотрудников?
7. Как связаны эмоции и когнитивные процессы?
8. Какие нейрофизиологические механизмы лежат в основе мотивации?
9. Как стресс влияет на мотивацию и поведение?
10. Как можно развить навык управления своими эмоциями?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние эмоций на когнитивные процессы и принятие решений.
2. Основные механизмы мотивации: сравнение классических и современных теорий.
3. Эмоциональный интеллект как инструмент управления поведением.
4. Методы мотивации в образовании: как мотивировать учеников и студентов?
5. Роль эмоциональной регуляции в профессиональном выгорании.
6. Влияние социальных факторов на мотивацию человека.
7. Биологические основы эмоций и их связь с поведением.
8. Как развитие саморегуляции влияет на достижение целей?
9. Нейрофизиология эмоциональных состояний и их влияние на работоспособность.
10. Методы управления стрессом через развитие эмоциональной осознанности.

Кейс-задания

Кейс 1: Проблема прокрастинации

Ситуация:

Антон – студент, который постоянно откладывает подготовку к экзаменам. Вместо учёбы он смотрит сериалы или зависает в соцсетях, а затем в последний момент испытывает сильный стресс и не успевает подготовиться.

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы мотивации могут объяснить его поведение?
2. Какую роль в его поведении играют эмоции?
3. Какие стратегии саморегуляции могут помочь Антону справиться с прокрастинацией?

Кейс 2: Эмоциональное выгорание у учителя

Ситуация:
Марина работает учителем уже 10 лет. Она любит свою работу, но в последнее время чувствует себя истощённой, раздражённой и часто теряет мотивацию к преподаванию. Она замечает, что стала реже улыбаться, её терпение с учениками уменьшилось, а по вечерам она чувствует себя полностью вымотанной.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки эмоционального выгорания присутствуют у Марины?
2. Каковы возможные причины её состояния?
3. Какие техники эмоциональной саморегуляции могут помочь ей восстановить мотивацию?

Кейс 3: Спортсмен и страх неудачи

Ситуация:
Максим – профессиональный спортсмен, но перед важными соревнованиями он испытывает сильную тревогу, что негативно влияет на его результаты. Он теряет уверенность, совершает больше ошибок и после поражений долго переживает.

Вопросы для анализа:

1. Как связаны эмоции и мотивация в данной ситуации?
2. Какие техники психологической подготовки могут помочь Максиму справиться с тревогой?
3. Как он может развить устойчивость к стрессу и повысить свою уверенность?

Кейс 4: Проблема низкой мотивации на работе

Ситуация:
Мария работает в крупной компании, но с каждым месяцем её мотивация снижается. Она выполняет обязанности автоматически, не проявляет инициативу и чувствует, что её работа не приносит ей удовольствия.

Вопросы для анализа:

1. Какие теории мотивации могут объяснить ситуацию Марии?
2. Каковы возможные причины её снижения мотивации?
3. Какие стратегии могут помочь ей вернуть интерес к работе?

Кейс 5: Управление эмоциями в конфликтной ситуации

Ситуация:
Алексей – менеджер в компании. На собрании его коллега резко критикует его проект, и Алексей чувствует, что начинает злиться. Он хочет ответить коллеге так же агрессивно, но понимает, что это может повредить рабочим отношениям.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии эмоциональной саморегуляции может использовать Алексей, чтобы сохранить самообладание?
2. Как можно продуктивно разрешить ситуацию, сохранив хорошие отношения с коллегой?
3. Как эмоциональный интеллект может помочь в подобных ситуациях?

Задания для самостоятельной работы к Теме 6: Структура личности и методы её изучения: обзор MMPI

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое личность с точки зрения различных психологических теорий?
2. Какие подходы к изучению структуры личности существуют?
3. В чём заключается суть метода факторного анализа в изучении личности?
4. Какие личностные тесты являются наиболее популярными в психодиагностике?
5. Что такое Миннесотский многофазный личностный опросник (MMPI)?
6. Какие шкалы включены в структуру MMPI?
7. В каких сферах применяется MMPI?
8. Какие ограничения и критика существуют в отношении MMPI?
9. В чём разница между объективными и проективными методами диагностики личности?
10. Какие альтернативные методики изучения личности существуют помимо MMPI?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Развитие методов психодиагностики личности: от психоанализа до современных тестов.
2. Применение MMPI в клинической и кадровой психологии.
3. Сравнительный анализ MMPI и теста «Большая пятёрка» (Big Five).
4. Надёжность и валидность личностных тестов: критерии оценки.
5. Психометрические основы личностного тестирования.
6. Критика MMPI: можно ли считать тест объективным?
7. Роль самоотчёта в психодиагностике личности.
8. Особенности интерпретации данных MMPI в судебной психологии.
9. Психологические тесты в отборе сотрудников: этические аспекты.
10. Как влияет культурный контекст на результаты личностных тестов?

Кейс-задания

Кейс 1: Применение MMPI в кадровом отборе

Ситуация:

HR-отдел крупной компании использует тест MMPI для отбора кандидатов на руководящие позиции. Один из кандидатов получил высокий балл по шкале психопатии (Pd), но его профессиональные навыки и опыт идеально соответствуют требованиям.

Вопросы для анализа:

1. Как HR-специалист должен интерпретировать этот результат?
2. Можно ли использовать данные MMPI как единственный критерий при отборе кандидатов?
3. Какие дополнительные методы диагностики могут подтвердить или опровергнуть выводы MMPI?

Кейс 2: Использование MMPI в клинической практике

Ситуация:

Психологический центр проводит диагностику пациента с жалобами на тревожность и социальную изоляцию. Результаты MMPI показывают высокий уровень по шкале депрессии (D) и социальной интроверсии (Si).

Вопросы для анализа:

1. Какие гипотезы можно выдвинуть на основе этих результатов?
2. Как психолог должен интерпретировать данные MMPI в сочетании с клиническим интервью?
3. Какие дополнительные методики могут помочь уточнить диагноз?

Кейс 3: Влияние социальной желательности на результаты тестирования

Ситуация:

Андрей проходит психологическое тестирование для поступления на государственную службу. Он хочет произвести хорошее впечатление и выбирает ответы, которые, по его мнению, будут выглядеть «правильно».

Вопросы для анализа:

1. Какие шкалы MMPI позволяют выявить попытки искажения результатов?
2. Как можно минимизировать влияние социальной желательности при тестировании?
3. Какие методы могут подтвердить достоверность ответов испытуемого?

Кейс 4: Ложные профили в MMPI

Ситуация:

Пациент проходит тест MMPI, и его профиль показывает высокие баллы по шкалам ипохондрии (Hs), истерии (Hy) и шизофрении (Sc). Однако в беседе с психологом он демонстрирует стабильное эмоциональное состояние и отсутствие признаков серьёзных нарушений.

Вопросы для анализа:

1. Как можно объяснить несоответствие результатов теста и реального поведения пациента?
2. Какие факторы могут повлиять на завышенные баллы по шкалам?
3. Как можно подтвердить или опровергнуть наличие психопатологии у пациента?

Кейс 5: Этика использования MMPI в психодиагностике

Ситуация:

Психологическая служба школы решила использовать MMPI для оценки психологического состояния учеников старших классов. Родители некоторых школьников возражают, так как считают, что тестирование может навредить их детям.

Вопросы для анализа:

1. Какие этические вопросы возникают при использовании MMPI в образовательной среде?
2. Должны ли учащиеся и их родители давать письменное согласие на тестирование?
3. Как можно корректно использовать данные MMPI в образовательных целях, не нарушая прав учащихся?

Задания для самостоятельной работы к Теме 7: Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Как формируется самооценка в процессе развития личности?
2. Какие факторы влияют на формирование самооценки у детей и подростков?
3. Как связаны самооценка и уровень академической успеваемости?
4. Какие существуют типы самооценки и их последствия для личности?
5. Как педагог может помочь ученику развить адекватную самооценку?
6. В чём разница между завышенной и заниженной самооценкой?
7. Как социальные сети влияют на самооценку молодёжи?
8. Какие методы диагностики самооценки существуют?
9. Как личностное развитие связано с процессом обучения?
10. Какие психологические техники можно использовать для развития позитивного самовосприятия?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние педагогической среды на формирование самооценки учащихся.
2. Самооценка и её роль в личностном развитии: основные теории.
3. Психологические механизмы развития адекватной самооценки у подростков.
4. Роль учителя в формировании позитивной самооценки у учащихся.
5. Самооценка и мотивация к обучению: взаимосвязь и механизмы влияния.
6. Влияние семейного воспитания на уровень самооценки ребёнка.
7. Методики психологической диагностики самооценки у детей и подростков.
8. Эффект «Я-образа» и его влияние на личностное развитие.
9. Как социальные сравнения формируют самооценку?
10. Развитие критического мышления как способ формирования уверенности в себе.

Кейс-задания

Кейс 1: Проблемы с самооценкой у подростка

Ситуация:

Девятиклассник Алексей стеснителен и редко отвечает на уроках, хотя учитель уверен, что он хорошо понимает материал. После получения низкой оценки он говорит: «Я всегда был тупым, у меня никогда ничего не получится».

Вопросы для анализа:

1. Какие факторы могут способствовать формированию заниженной самооценки у Алексея?
2. Как педагог может помочь ученику справиться с неуверенностью?
3. Какие психологические техники могут быть использованы для повышения самооценки Алексея?

Кейс 2: Влияние родительских установок на самооценку

Ситуация:
Маша, ученица 10-го класса, всегда старается получить только отличные оценки. Любая ошибка вызывает у неё стресс. Родители постоянно говорят ей, что успех в жизни зависит только от её оценок.

Вопросы для анализа:

1. Как чрезмерное давление родителей может повлиять на самооценку ребёнка?
2. Каковы возможные последствия перфекционизма для психического здоровья?
3. Как помочь Маше сформировать более устойчивую и реалистичную самооценку?

Кейс 3: Социальные сети и самооценка

Ситуация:
Анна часто сравнивает себя с блогерами в социальных сетях и считает, что её жизнь скучная по сравнению с их успехами. Из-за этого она стала менее уверенной в себе.

Вопросы для анализа:

1. Как социальные сети влияют на восприятие собственной значимости?
2. Какие когнитивные искажения могут усиливать негативное восприятие себя?
3. Какие психологические стратегии помогут Анне снизить влияние социальных сетей на её самооценку?

Кейс 4: Влияние учителя на самооценку учеников

Ситуация:
Учитель математики часто сравнивает учеников друг с другом, хваля одних и критикуя других. Некоторые учащиеся начали избегать уроков, считая, что они недостаточно умны для математики.

Вопросы для анализа:

1. Как стиль преподавания влияет на самооценку учащихся?
2. Какие педагогические методы могут способствовать развитию уверенности у всех учеников?
3. Как можно скорректировать стиль общения учителя, чтобы создать поддерживающую образовательную среду?

Кейс 5: Развитие позитивного самовосприятия через личностный рост

Ситуация:
Даниил всегда считал себя неуспешным, но после участия в волонтёрском проекте почувствовал себя более уверенно. Он увидел, что может приносить пользу и добиваться успехов в новой сфере.

Вопросы для анализа:

1. Как участие в социальной активности может повлиять на самооценку?
2. Какие механизмы личностного развития помогли Даниилу изменить восприятие себя?
3. Как можно поддерживать позитивные изменения в самооценке на долгосрочной основе?

Задания для самостоятельной работы к Теме 8: Психология стресса и профессионального выгорания: механизмы и методы саморегуляции

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные физиологические и психологические механизмы стресса?
2. Какие стадии стресса выделял Ганс Селье?
3. Чем отличается эустресс от дистресса?
4. Какие факторы способствуют развитию профессионального выгорания?
5. Каковы основные симптомы синдрома эмоционального выгорания?
6. Как хронический стресс влияет на когнитивные функции и здоровье человека?
7. Какие методы саморегуляции помогают снижать уровень стресса?
8. Как эмоциональный интеллект влияет на стрессоустойчивость?
9. Какие техники релаксации можно применять для профилактики профессионального выгорания?
10. Как организовать рабочий процесс, чтобы минимизировать негативные последствия стресса?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние стресса на психическое и физическое здоровье человека.
2. Психологические теории стресса: от классики к современным исследованиям.
3. Профессиональное выгорание у педагогов: причины, последствия и профилактика.
4. Методы управления стрессом в профессиональной деятельности.
5. Саморегуляция как инструмент профилактики эмоционального выгорания.
6. Физиологические и нейробиологические механизмы стресса.
7. Влияние рабочей среды на уровень стресса и профессиональное выгорание.
8. Роль поддержки коллег и социального окружения в преодолении стресса.
9. Техники когнитивно-поведенческой терапии в борьбе со стрессом и выгоранием.
10. Стрессоустойчивость как фактор профессионального успеха.

Кейс-задания

Кейс 1: Хронический стресс на работе

Ситуация:

Анастасия работает в крупной компании. В последнее время её график стал перегруженным, она не успевает выполнять задания в срок, чувствует усталость и раздражение. Коллеги замечают, что она стала менее общительной, а дома Анастасия не может расслабиться, постоянно думая о работе.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки хронического стресса можно наблюдать у Анастасии?
2. Какие методы саморегуляции могут помочь ей справиться с напряжением?
3. Какие рекомендации по организации работы могли бы снизить уровень её стресса?

Кейс 2: Профессиональное выгорание у педагога

Ситуация:

Учитель с 15-летним стажем Иван Сергеевич заметил, что у него пропал интерес к работе. Ему стало сложнее готовиться к урокам, он раздражается на учеников и чувствует себя уставшим даже после выходных.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки профессионального выгорания присутствуют в данном случае?
2. Как можно помочь Ивану Сергеевичу восстановить мотивацию к работе?
3. Какие стратегии могут предотвратить развитие выгорания у педагогов?

Кейс 3: Влияние стрессовых факторов на эффективность работы

Ситуация:

Сергей – менеджер в компании, где постоянно меняются задачи и сроки. Он часто чувствует тревожность, боится сделать ошибку и не может сосредоточиться на одном деле. Из-за стресса он стал менее продуктивным, а его ошибки участились.

Вопросы для анализа:

1. Какие факторы рабочего стресса оказывают влияние на Сергея?
2. Как когнитивные искажения могут усиливать стресс и тревожность?
3. Какие методы управления стрессом можно предложить Сергею?

Кейс 4: Развитие стрессоустойчивости

Ситуация:

Мария – студентка, которая переживает сильное волнение перед экзаменами. Она заранее начинает учить материал, но в день экзамена испытывает паническую атаку, из-за чего не может сконцентрироваться.

Вопросы для анализа:

1. Какие физиологические и психологические механизмы задействованы в реакции Марии на стресс?
2. Какие техники саморегуляции помогут ей подготовиться и справиться с волнением?
3. Как можно изменить её отношение к экзаменам для снижения уровня тревожности?

Кейс 5: Баланс между работой и личной жизнью

Ситуация:

Алексей работает фрилансером и сам регулирует свой рабочий день. Однако он замечает, что постоянно берёт новые заказы, не может отказаться от дополнительных задач и работает даже по выходным. В итоге он чувствует истощение и не находит времени на отдых.

Вопросы для анализа:

1. Какие ошибки в организации рабочего времени допускает Алексей?
2. Как отсутствие баланса между работой и отдыхом влияет на его эмоциональное состояние?
3. Какие методы тайм-менеджмента могут помочь Алексею выстроить здоровый рабочий ритм?

Задания для самостоятельной работы к Теме 9: Социальная психология: влияние группы на индивидуальное поведение

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные принципы социальной психологии?
2. Какие факторы влияют на поведение человека в группе?
3. В чём заключается феномен конформизма, и какие исследования его подтверждают?
4. Какое влияние оказывает групповая динамика на принятие решений?
5. Как социальные роли определяют поведение индивидов?
6. Что такое эффект социальной фасилитации и ингибиции?
7. Как формируются стереотипы и предрассудки в социальных группах?
8. Каковы механизмы социального влияния: убеждение, внушение, манипуляция?
9. В чём проявляется феномен группового мышления?
10. Какие методы используются для изучения социального поведения?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Социальное влияние: механизмы, формы и эксперименты.
2. Теория конформизма: исследования Соломона Аша и их значение.
3. Групповое мышление: как коллективные решения могут быть ошибочными?
4. Социальные роли и их влияние на поведение человека (эксперимент Зимбардо).
5. Влияние лидеров мнений на социальное поведение.
6. Как социальные стереотипы формируют восприятие окружающего мира?
7. Психология толпы: особенности поведения индивида в массовых ситуациях.
8. Альтруизм и социальная ответственность: почему люди помогают другим?
9. Как социальные сети изменяют механизмы социального влияния?
10. Эффект социальной фасилитации и его влияние на продуктивность работы.

Кейс-задания

Кейс 1: Конформизм в коллективе

Ситуация:

В компании вводят новую систему отчётности. Большинство сотрудников недовольны, но когда начальник спрашивает мнение коллектива, никто не выражает несогласие, так как все боятся выделиться.

Вопросы для анализа:

1. Какой тип социального влияния задействован в данном случае?
2. Каковы возможные последствия конформизма в рабочей среде?
3. Какие стратегии помогут сотрудникам более свободно выражать своё мнение?

Кейс 2: Влияние социальной роли на поведение

Ситуация:

Александр – студент, который занимает пост старосты группы. После назначения он стал более требовательным к одногруппникам, хотя раньше не был инициативным.

Вопросы для анализа:

1. Как социальные роли могут менять поведение личности?
2. Какие механизмы лежат в основе этого изменения?
3. Как можно определить, когда социальная роль начинает подавлять индивидуальные качества?

Кейс 3: Групповое мышление в команде

Ситуация:

Рабочая группа принимает проектное решение без критического обсуждения, так как никто не хочет спорить. Через некоторое время оказывается, что проект имеет серьёзные недостатки, которые никто не заметил.

Вопросы для анализа:

1. Что такое групповое мышление, и как оно проявляется в данном случае?
2. Какие факторы усиливают риск принятия ошибочных решений в группе?
3. Как можно минимизировать эффект группового мышления?

Кейс 4: Социальное влияние и убеждение

Ситуация:

Марина никогда не интересовалась экологией, но после общения с друзьями, которые активно занимаются экологическими проектами, она начинает сортировать мусор и участвовать в волонтёрских акциях.

Вопросы для анализа:

1. Какой тип социального влияния проявляется в данной ситуации?
2. Какие механизмы убеждения могли сыграть ключевую роль в изменении поведения Марины?
3. Каково влияние ближайшего социального окружения на ценности и установки личности?

Кейс 5: Эффект социальной фасилитации

Ситуация:

Пётр – опытный музыкант, который отлично играет в одиночку, но когда выступает перед аудиторией, начинает ошибаться и испытывает волнение.

Вопросы для анализа:

1. Каковы механизмы социальной фасилитации и ингибиции?
2. Почему в присутствии других людей поведение может как улучшаться, так и ухудшаться?
3. Какие стратегии могут помочь Петру улучшить его выступления перед публикой?

Задания для самостоятельной работы к Теме 10: Коммуникативные процессы в образовательной среде: модели и стратегии

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные модели коммуникации в образовательной среде?
2. Какие факторы влияют на эффективность педагогического общения?
3. В чём различие между вербальной и невербальной коммуникацией?
4. Как стиль общения учителя влияет на мотивацию учащихся?
5. Каковы особенности межличностного общения в образовательной среде?
6. Какие коммуникативные барьеры могут возникать в процессе обучения?
7. Как педагог может использовать технику активного слушания?
8. В чём заключается роль эмоционального интеллекта в педагогической коммуникации?
9. Как технологии изменяют процесс взаимодействия между учителем и учениками?
10. Какие стратегии помогают эффективно управлять конфликтами в образовательной среде?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Основные модели коммуникации: линейная, интерактивная и транзакционная.
2. Вербальная и невербальная коммуникация в образовательном процессе.
3. Роль педагогической риторики в эффективном обучении.
4. Конфликты в образовательной среде: причины и методы разрешения.
5. Влияние цифровых технологий на педагогическую коммуникацию.
6. Как стиль общения педагога влияет на атмосферу в классе?
7. Активное слушание как метод эффективного взаимодействия с учащимися.
8. Развитие коммуникативной компетентности у преподавателя.
9. Психологические аспекты обратной связи в образовательной среде.
10. Педагог как коммуникатор: методы эффективного взаимодействия с родителями и коллегами.

Кейс-задания

Кейс 1: Проблема непонимания между учителем и учеником

Ситуация:

Учитель объясняет новый материал, но замечает, что часть учеников его не слушает. Один из них, Максим, отвлекается и не участвует в обсуждении. После урока учитель пытается выяснить причину, но Максим молчит или даёт односложные ответы.

Вопросы для анализа:

1. Какие коммуникативные барьеры могут мешать взаимодействию учителя и ученика?
2. Как можно изменить стиль общения, чтобы повысить вовлечённость учащихся?
3. Какие методы активного слушания помогут наладить контакт с учеником?

Кейс 2: Конфликтное взаимодействие в образовательной среде

Ситуация:

На родительском собрании несколько родителей выражают недовольство тем, что их дети получают низкие оценки. Один из родителей повышает голос и обвиняет учителя в предвзятости.

Вопросы для анализа:

1. Какую стратегию поведения должен выбрать педагог в этой ситуации?
2. Какие техники управления конфликтами помогут снизить напряжение?
3. Как учитель может аргументированно объяснить свою позицию, не обостряя ситуацию?

Кейс 3: Проблемы коммуникации в команде педагогов

Ситуация:

Группа учителей работает над внедрением нового образовательного проекта. Однако на встречах коллеги не могут прийти к единому мнению, каждый отстаивает свою точку зрения, а обсуждение часто перерастает в споры.

Вопросы для анализа:

1. Какие коммуникативные барьеры мешают эффективному взаимодействию в команде?
2. Как можно организовать обсуждение так, чтобы учесть все мнения?
3. Какие техники фасилитации могут помочь достичь консенсуса?

Кейс 4: Влияние невербальной коммуникации

Ситуация:

Учитель замечает, что во время его объяснений ученики не задают вопросов, но выглядят растерянными. При этом сам педагог редко меняет интонацию и не использует жестов.

Вопросы для анализа:

1. Как невербальная коммуникация влияет на восприятие информации учениками?
2. Какие невербальные сигналы могут повысить эффективность преподавания?
3. Как учителю можно улучшить свой стиль общения, чтобы сделать уроки более понятными и увлекательными?

Кейс 5: Использование цифровых технологий в образовательной коммуникации

Ситуация:

В школе внедрили электронный дневник и онлайн-платформу для дистанционного общения. Однако некоторые родители жалуются, что теряются в большом потоке сообщений, а ученики не всегда проверяют задания.

Вопросы для анализа:

1. Каковы преимущества и недостатки цифровых форм коммуникации в образовании?
2. Какие стратегии помогут сделать цифровую коммуникацию более эффективной?
3. Как можно выстроить баланс между традиционным и цифровым взаимодействием с учениками и родителями?

Задания для самостоятельной работы к Теме 11: Конфликтология: механизмы возникновения и способы разрешения конфликтов

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое конфликт, и какие его основные характеристики?
2. Какие основные виды конфликтов выделяют в психологии?
3. Каковы стадии развития конфликта?
4. Какие причины чаще всего лежат в основе межличностных конфликтов?
5. Каковы основные стратегии поведения в конфликте?
6. Какие методы разрешения конфликтов наиболее эффективны в образовательной среде?
7. В чём разница между деструктивным и конструктивным конфликтом?
8. Как эмоциональный интеллект помогает управлять конфликтами?
9. Какую роль в конфликте играют манипуляции и стереотипы?
10. Какие техники медиации и переговоров используются для разрешения конфликтных ситуаций?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Основные подходы к изучению конфликтов: от классики к современным моделям.
2. Роль эмоций в развитии и урегулировании конфликтов.
3. Конфликты в образовательной среде: причины, механизмы и способы разрешения.
4. Манипуляции и психологические игры в конфликтах.
5. Как межличностные конфликты влияют на групповую динамику?
6. Разрешение конфликтов через развитие навыков активного слушания.
7. Медиация как способ мирного урегулирования конфликтов.
8. Влияние культурных различий на стратегии ведения конфликтов.
9. Психологические особенности разрешения конфликтов в профессиональной среде.
10. Как конфликты способствуют личностному росту?

Кейс-задания

Кейс 1: Конфликт между учителем и учеником

Ситуация:

Ученик часто перебивает учителя на уроке, высказывается без разрешения и игнорирует замечания. Учитель раздражается и повышает голос, после чего ученик перестаёт участвовать в занятии, а позже конфликт переходит в открытое противостояние.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии разрешения конфликта могут применить учитель и ученик?
2. Как учителю можно было бы предотвратить эскалацию конфликта?
3. Какие невербальные сигналы могли усилить напряжённость в ситуации?

Кейс 2: Межличностный конфликт в коллективе

Ситуация:

Два преподавателя в школе конкурируют за повышение. Они перестали взаимодействовать на рабочих встречах, обсуждают друг друга за спиной и разделяют коллег на два «лагеря».

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы эскалации конфликта наблюдаются в данной ситуации?

2. Какие шаги может предпринять руководство для мирного разрешения конфликта?
3. Как можно восстановить рабочую атмосферу в коллективе?

Кейс 3: Конфликт между родителями и учителем

Ситуация:

Родители требуют от учителя изменить оценку ребёнка, так как считают её несправедливой. Учитель объясняет, что оценки объективны, но родители настаивают, угрожая жалобой в администрацию.

Вопросы для анализа:

1. Какие техники ведения переговоров помогут учителю урегулировать ситуацию?
2. Какие стратегии работы с агрессивными родителями могут быть эффективны?
3. Как учителю сохранить профессиональную позицию и не допустить эскалации конфликта?

Кейс 4: Конфликт в студенческой группе

Ситуация:

Студенты работают над совместным проектом. Один из участников постоянно опаздывает с выполнением своей части работы, что вызывает недовольство у команды. Они хотят исключить его из группы.

Вопросы для анализа:

1. Как можно разрешить ситуацию, сохранив эффективное взаимодействие в группе?
2. Какие коммуникативные навыки помогут решить проблему без конфронтации?
3. Какую роль играет лидерство в разрешении конфликтов в команде?

Кейс 5: Медиация как способ разрешения конфликта

Ситуация:

Директор школы выступает в роли медиатора между конфликтующими сотрудниками. Одна сторона считает, что другая не выполняет свои обязанности, а другая – что к ней предъявляют завышенные требования.

Вопросы для анализа:

1. Какие этапы медиации помогут достичь соглашения?
2. Как медиатор может выстроить диалог между конфликтующими сторонами?
3. Какие техники активного слушания могут способствовать поиску компромисса?

Задания для самостоятельной работы к Теме 12: Психология влияния и манипуляции в межличностных отношениях

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. В чём разница между влиянием, убеждением и манипуляцией?
2. Какие психологические механизмы лежат в основе влияния на других людей?
3. Каковы основные стратегии убеждения?
4. Какие манипулятивные техники чаще всего встречаются в межличностных отношениях?
5. Как определить, что вами манипулируют?
6. Какие когнитивные искажения используются в процессе манипуляции?
7. Какова роль эмоционального интеллекта в противостоянии манипуляциям?
8. Какие техники защиты от манипуляции наиболее эффективны?
9. Как можно этично использовать влияние в профессиональной сфере?
10. Как медиапространство и реклама используют механизмы влияния и манипуляции?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Манипуляция как скрытая форма социального влияния.
2. Основные психологические теории влияния и убеждения.
3. Влияние эмоционального интеллекта на способность сопротивляться манипуляциям.
4. Манипуляции в деловом общении: способы выявления и противодействия.
5. Социальные сети как инструмент влияния на массовое сознание.
6. Этические границы использования техник убеждения.
7. Влияние и манипуляция в политическом дискурсе.
8. Роль невербальных сигналов в процессе убеждения.
9. Психология рекламы: как маркетологи используют механизмы влияния?
10. Методы развития критического мышления как защиты от манипуляции.

Кейс-задания

Кейс 1: Использование манипуляции в деловом общении

Ситуация:

Менеджер компании уговаривает сотрудника задержаться после работы, говоря: «Ты же всегда такой ответственный, я знал, что могу на тебя положиться».

Вопросы для анализа:

1. Какой приём манипуляции использует менеджер?
2. Как сотрудник может ответить, чтобы избежать давления, но сохранить хорошие отношения?
3. Какие стратегии ассертивного поведения помогут защититься от подобных манипуляций?

Кейс 2: Манипуляция в межличностных отношениях

Ситуация:

Аня говорит своей подруге: «Если бы ты была моей настоящей подругой, ты бы согласилась мне помочь, даже если тебе неудобно».

Вопросы для анализа:

1. Какой вид манипуляции используется в данном случае?
2. Какова психологическая цель манипулятора?

3. Какие фразы помогут подруге выйти из манипулятивной ситуации, не испортив отношения?

Кейс 3: Социальное влияние через рекламу

Ситуация:

Компания по продаже косметики использует слоган: «98% женщин уже выбрали этот крем. Попробуйте и вы!».

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы социального влияния используются в данной рекламе?
2. Почему такой метод убеждения эффективен?
3. Какие когнитивные искажения могут объяснить склонность людей доверять подобным заявлениям?

Кейс 4: Манипуляции в политике

Ситуация:

Политик во время дебатов использует следующий аргумент: «Все уважаемые эксперты считают, что моя программа лучшая. Разве вы не доверяете профессионалам?»

Вопросы для анализа:

1. Какой приём манипуляции использует политик?
2. Как можно разоблачить этот приём?
3. Почему такие стратегии часто оказываются успешными?

Кейс 5: Противостояние манипуляции на работе

Ситуация:

Олег – сотрудник отдела продаж. Его коллега, который часто опаздывает, просит его прикрыть перед начальством и сказать, что он уже был на месте.

Вопросы для анализа:

1. Какую манипулятивную технику использует коллега?
2. Какие последствия могут возникнуть для Олега, если он согласится?
3. Как можно тактично отказаться от просьбы?

Задания для самостоятельной работы к Теме 13: Психология взросления и сепарации: развитие личности в юношеском возрасте

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Какие психологические изменения происходят в юношеском возрасте?
2. Каковы основные стадии взросления по Эрику Эриксону?
3. Что такое сепарация, и каковы её виды?
4. Какие факторы влияют на успешность процесса сепарации?
5. Каковы возможные последствия незавершённой сепарации?
6. Как формируется идентичность в юношеском возрасте?
7. Какую роль играет семья в процессе взросления?
8. Как влияют социальные сети на процесс становления личности?
9. Какие стратегии помогают подростку адаптироваться к взрослой жизни?
10. Как взрослые могут поддерживать подростков в процессе сепарации?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Кризис идентичности в юношеском возрасте: механизмы и способы преодоления.
2. Влияние семейных отношений на процесс взросления подростка.
3. Как сепарация влияет на уровень тревожности и самооценку?
4. Социальные и культурные факторы, влияющие на формирование идентичности.
5. Как личностные кризисы способствуют взрослению?
6. Влияние дружеских отношений на процесс сепарации от родителей.
7. Психология принятия ответственности: как юноша учится делать выбор?
8. Эмоциональная саморегуляция как ключевой навык во взрослении.
9. Влияние образовательной среды на личностное развитие подростков.
10. Как современные технологии меняют процесс взросления?

Кейс-задания

Кейс 1: Конфликт между подростком и родителями

Ситуация:

Дмитрий, 17 лет, хочет поступить в художественную школу, но его родители настаивают на юридическом факультете, считая искусство несерьёзной профессией. Из-за этого в семье постоянно происходят конфликты.

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы сепарации проявляются в данном случае?
2. Как родителям и подростку найти компромисс?
3. Какие психологические стратегии помогут Дмитрию справиться с ситуацией?

Кейс 2: Незавершённая сепарация

Ситуация:

Марина, 19 лет, поступила в университет, но продолжает во всём полагаться на родителей: они принимают за неё решения, контролируют её расходы и выбор друзей. Она испытывает тревожность, когда остаётся одна.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные последствия незавершённой сепарации?
2. Какие шаги могут помочь Марине стать более самостоятельной?

3. Как родителям изменить стиль общения, чтобы способствовать взрослению дочери?

Кейс 3: Влияние окружения на формирование личности

Ситуация:

Иван — спокойный и рассудительный подросток, но после знакомства с новой компанией друзей его поведение резко изменилось: он стал более агрессивным и раздражительным, часто конфликтует с родителями.

Вопросы для анализа:

1. Как социум влияет на процесс взросления?
2. Как Ивану помочь осознать влияние окружения на его личность?
3. Какие стратегии могут использовать родители, чтобы поддержать подростка, не вступая в конфликт?

Кейс 4: Юношеская идентичность и социальные сети

Ситуация:

Алина, 16 лет, активно ведёт страницу в социальных сетях и ориентируется на мнение подписчиков. Если её посты получают мало лайков, она переживает, начинает считать себя неинтересной и даже меняет своё поведение в зависимости от трендов.

Вопросы для анализа:

1. Как социальные сети влияют на процесс формирования идентичности?
2. Как можно помочь подростку развивать внутреннюю самооценку, не зависящую от одобрения окружающих?
3. Какие техники цифровой гигиены могут снизить влияние социальных сетей на личность?

Кейс 5: Принятие ответственности за собственные решения

Ситуация:

Артём заканчивает школу, но боится принимать решения о будущем. Он откладывает поступление в университет, не может выбрать профессию и надеется, что родители сделают выбор за него.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические механизмы лежат в основе страха принятия решений?
2. Как можно поддержать Артёма в развитии самостоятельности?
3. Какие упражнения или методы могут помочь ему научиться брать ответственность за свою жизнь?

Задания для самостоятельной работы к Теме 14: Мотивационные стратегии в обучении и профессиональной деятельности

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные теории мотивации в обучении и работе?
2. В чём разница между внутренней и внешней мотивацией?
3. Как мотивация влияет на продуктивность в учебной и профессиональной деятельности?
4. Какие стратегии используются для повышения учебной мотивации?
5. Как социальные факторы (коллектив, поддержка, конкуренция) влияют на мотивацию?
6. В каких случаях система вознаграждений способствует или, наоборот, снижает мотивацию?
7. Каковы особенности мотивации у разных возрастных групп?
8. Какие методы управления мотивацией применяются в корпоративной среде?
9. Как профессиональное выгорание связано с потерей мотивации?
10. Какие психологические техники помогают поддерживать высокую мотивацию в долгосрочной перспективе?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние мотивации на успех в образовании и карьере.
2. Как создать мотивационную образовательную среду?
3. Методы нематериального стимулирования сотрудников.
4. Роль самоэффективности в поддержании мотивации.
5. Влияние личностных качеств на уровень профессиональной мотивации.
6. Мотивация как фактор профессионального выгорания: как предотвратить потерю интереса к работе?
7. Психологические механизмы прокрастинации и способы её преодоления.
8. Геймификация как инструмент повышения мотивации в обучении.
9. Теория ожиданий Врума: как прогнозирование успеха влияет на мотивацию?
10. Как карьерное планирование помогает поддерживать профессиональную мотивацию?

Кейс-задания

Кейс 1: Проблема низкой учебной мотивации

Ситуация:

Ученик старших классов, Артём, постоянно откладывает выполнение домашних заданий и не проявляет интереса к предметам. Он объясняет это тем, что «всё равно оценки не влияют на его будущее».

Вопросы для анализа:

1. Какие причины могут лежать в основе снижения учебной мотивации?
2. Какие стратегии помогут повысить интерес Артёма к обучению?
3. Как использование принципов внутренней мотивации может изменить ситуацию?

Кейс 2: Потеря мотивации у сотрудника

Ситуация:

Марина работает в компании уже 5 лет, но в последнее время её производительность снизилась. Она перестала проявлять инициативу и больше не стремится к профессиональному росту.

Вопросы для анализа:

1. Какие факторы могли привести к снижению мотивации Марины?
2. Какие методы нематериального стимулирования могут помочь вернуть её интерес к работе?
3. Как руководитель может поддерживать вовлечённость сотрудников в долгосрочной перспективе?

Кейс 3: Влияние вознаграждений на мотивацию

Ситуация:

В одной компании решили повысить производительность сотрудников с помощью денежного бонуса за выполнение плана. Однако через несколько месяцев уровень мотивации снова снизился.

Вопросы для анализа:

1. Почему система денежного стимулирования оказалась неэффективной в долгосрочной перспективе?
2. Какие нематериальные формы мотивации могли бы работать лучше?
3. Как можно сочетать внутреннюю и внешнюю мотивацию для устойчивого результата?

Кейс 4: Мотивация через геймификацию

Ситуация:

Школа внедрила систему баллов за выполнение заданий, где ученики могут «прокачивать» свои уровни и получать дополнительные бонусы. Вначале ученики были заинтересованы, но спустя несколько месяцев их вовлечённость снизилась.

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы геймификации могут повысить мотивацию учеников?
2. Почему мотивация от игры может ослабевать со временем?
3. Как можно улучшить систему геймификации, чтобы она работала в долгосрочной перспективе?

Кейс 5: Самомотивация в профессиональной деятельности

Ситуация:

Игорь работает удалённо и сам управляет своим расписанием. Он часто сталкивается с прокрастинацией и не может заставить себя работать без жёстких дедлайнов.

Вопросы для анализа:

1. Какие механизмы самомотивации помогут Игорю справиться с прокрастинацией?
2. Как тайм-менеджмент может повысить продуктивность в условиях удалённой работы?
3. Какие психологические методы помогут Игорю развить привычку к самодисциплине?

Задания для самостоятельной работы к Теме 15: Психологические аспекты работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Какие категории обучающихся относятся к группе с особыми образовательными потребностями (ООП)?
2. Какие психологические особенности характерны для детей с ООП?
3. В чём заключается принцип инклюзивного образования?
4. Как адаптировать учебные материалы для учащихся с различными образовательными потребностями?
5. Какие коммуникативные стратегии наиболее эффективны при взаимодействии с обучающимися с ООП?
6. Какие методы диагностики применяются для оценки потребностей таких обучающихся?
7. Каковы основные барьеры в обучении детей с ООП, и как их можно преодолеть?
8. Каковы психологические аспекты работы с родителями детей с ООП?
9. Какие технологии и методики помогают сделать образовательную среду более доступной?
10. Как учитель может поддерживать эмоциональное благополучие детей с ООП?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Основные принципы работы с обучающимися с ООП в образовательных учреждениях.
2. Инклюзивное образование: мифы и реальность.
3. Влияние психолого-педагогической поддержки на успешность обучения детей с ООП.
4. Современные технологии в обучении детей с особыми образовательными потребностями.
5. Психологические барьеры инклюзивного образования: как их преодолеть?
6. Эмоциональное состояние детей с ООП: факторы риска и способы поддержки.
7. Роль семьи в обучении и социализации ребёнка с ООП.
8. Адаптация учебных материалов для детей с особыми образовательными потребностями.
9. Влияние социальной среды на развитие и обучение детей с ООП.
10. Практики инклюзивного образования в разных странах: сравнительный анализ.

Кейс-задания

Кейс 1: Работа с учеником с РАС (расстройством аутистического спектра)

Ситуация:

В класс пришёл новый ученик с расстройством аутистического спектра (РАС). Он плохо реагирует на громкие звуки, избегает зрительного контакта и с трудом включается в совместные задания. Учитель замечает, что одноклассники не знают, как с ним взаимодействовать.

Вопросы для анализа:

1. Какие особенности поведения характерны для детей с РАС?
2. Как педагог может адаптировать учебный процесс для этого ученика?
3. Какие методы помогут наладить взаимодействие между учеником с РАС и его одноклассниками?

Кейс 2: Работа с ребёнком с дислексией

Ситуация:

Пятиклассник Антон испытывает трудности с чтением и письмом: он часто путает буквы,

медленно читает и испытывает страх перед чтением вслух. Учитель замечает, что из-за этого у него снижается самооценка.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические механизмы лежат в основе дислексии?
2. Как можно адаптировать учебные материалы для Антона?
3. Какие стратегии помогут снизить тревожность Антона и поддержать его уверенность в себе?

Кейс 3: Конфликт с родителями ребёнка с ООП

Ситуация:

Родители первоклассника с задержкой психического развития (ЗПР) жалуются, что учитель уделяет недостаточно внимания их ребёнку. При этом педагог старается включать его в общие задания, но замечает, что он быстрее устаёт и нуждается в дополнительных объяснениях.

Вопросы для анализа:

1. Какие возможные причины конфликта можно выделить?
2. Как педагог может объяснить родителям особенности инклюзивного подхода?
3. Какие методы работы помогут создать комфортные условия обучения для ребёнка?

Кейс 4: Инклюзивное образование и отношение сверстников

Ситуация:

В классе появился ребёнок с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Некоторые одноклассники игнорируют его, а кто-то подшучивает над ним, из-за чего он чувствует себя изолированным.

Вопросы для анализа:

1. Как можно скорректировать поведение одноклассников, чтобы создать инклюзивную среду?
2. Какие методы социализации можно использовать для интеграции ребёнка в коллектив?
3. Как педагог может поддерживать эмпатию и толерантность в классе?

Кейс 5: Использование технологий в обучении детей с ООП

Ситуация:

Учитель информатики работает с учеником с нарушением слуха. Ребёнку сложно воспринимать объяснения на слух, но он заинтересован в предмете и хочет осваивать программу наравне с другими учениками.

Вопросы для анализа:

1. Какие технологии могут помочь ученику эффективно усваивать материал?
2. Как адаптировать подачу информации с учётом его особенностей?
3. Какие методики визуального обучения могут быть наиболее эффективными?

Задания для самостоятельной работы к Теме 16: Цифровая психология: влияние информационных технологий на когнитивное развитие

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое цифровая психология и как она связана с когнитивным развитием?
2. Какие когнитивные функции наиболее подвержены влиянию цифровых технологий?
3. Как постоянное использование гаджетов влияет на внимание и память?
4. Что такое клиповое мышление и как оно развивается в цифровой среде?
5. Как социальные сети и интернет формируют новые модели обработки информации?
6. Какие позитивные и негативные эффекты оказывают цифровые технологии на когнитивное развитие детей?
7. В чём заключаются основные риски цифровой зависимости?
8. Каковы современные исследования влияния многозадачности на когнитивные процессы?
9. Какие методы цифровой гигиены помогают сохранить концентрацию и когнитивную эффективность?
10. Как искусственный интеллект и автоматизированные системы меняют процессы принятия решений?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Цифровые технологии и изменения в структуре когнитивных процессов.
2. Влияние социальных сетей на восприятие и критическое мышление.
3. Многозадачность и её влияние на продуктивность человека.
4. Цифровая детоксикация: миф или необходимость?
5. Искусственный интеллект и его влияние на развитие когнитивных функций.
6. Как изменилось внимание современного человека в эпоху цифровых технологий?
7. Влияние видеоигр на когнитивные способности: исследования и теории.
8. Как интернет изменил процесс запоминания информации?
9. Цифровая зависимость: психологические механизмы и способы профилактики.
10. Как развитие технологий меняет систему образования и когнитивное развитие учащихся?

Кейс-задания

Кейс 1: Влияние цифровых технологий на внимание

Ситуация:

Ольга замечает, что ей стало трудно читать длинные статьи и книги: уже через несколько минут ей хочется проверить телефон, отвлечься или переключиться на другое занятие.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные причины снижения концентрации внимания у Ольги?
2. Как можно восстановить способность к длительному фокусированию?
3. Какие методы цифровой гигиены могут помочь Ольге?

Кейс 2: Социальные сети и когнитивные искажения

Ситуация:

Антон проводит много времени в социальных сетях и замечает, что всё чаще сталкивается только с той информацией, которая подтверждает его взгляды. Он уверен, что большинство людей разделяют его мнение, но при общении в реальной жизни обнаруживает, что это не так.

Вопросы для анализа:

1. Какой когнитивный механизм может объяснить восприятие Антона?
2. Как алгоритмы социальных сетей влияют на формирование убеждений?
3. Как можно развивать критическое мышление в цифровой среде?

Кейс 3: Влияние гаджетов на память

Ситуация:

Игорь заметил, что всё чаще забывает номера телефонов, адреса и даже даты дней рождения друзей, потому что полагается на свой смартфон.

Вопросы для анализа:

1. Как цифровые технологии изменяют процессы запоминания?
2. Какие техники можно использовать для тренировки памяти в эпоху гаджетов?
3. Как баланс между цифровой и аналоговой средой помогает сохранить когнитивные способности?

Кейс 4: Многозадачность и её влияние на продуктивность

Ситуация:

Светлана учится в университете и старается одновременно слушать лекцию, отвечать на сообщения в мессенджере и делать заметки. В итоге она замечает, что запоминает только часть информации и испытывает усталость.

Вопросы для анализа:

1. Как постоянная многозадачность влияет на когнитивные функции?
2. Какие механизмы мозга отвечают за распределение внимания?
3. Как можно повысить эффективность обучения, минимизируя влияние многозадачности?

Кейс 5: Цифровая зависимость и её последствия

Ситуация:

Александр замечает, что тратит всё больше времени на просмотр коротких видео и соцсетей. Если он не может воспользоваться телефоном, он испытывает тревогу и раздражительность.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические механизмы лежат в основе цифровой зависимости?
2. Как можно диагностировать признаки интернет-зависимости?
3. Какие стратегии помогут Александру выстроить более здоровые отношения с цифровыми устройствами?

Задания для самостоятельной работы к Теме 17: Формирование привычек и поведенческих паттернов: психологические механизмы

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные психологические механизмы формирования привычек?
2. В чём разница между привычками и поведенческими паттернами?
3. Как работает «петля привычки» (по Чарльзу Дахиггу)?
4. Каковы основные этапы формирования новой привычки?
5. Какие факторы способствуют закреплению привычек?
6. Почему сложно избавиться от вредных привычек?
7. Как можно заменить нежелательное поведение на полезное?
8. Как социальная среда влияет на формирование привычек?
9. Как работают механизмы подкрепления в формировании устойчивого поведения?
10. Какие методы используются для формирования позитивных поведенческих стратегий?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Формирование и закрепление привычек: психологические теории.
2. Роль мотивации и подкрепления в изменении поведенческих паттернов.
3. Как привычки формируют личность и характер человека?
4. Привычки и нейропластичность: как мозг адаптируется к новым моделям поведения?
5. Методы избавления от нежелательных привычек: научные подходы.
6. Влияние социальной среды на формирование поведенческих моделей.
7. Как цифровые технологии влияют на привычки человека?
8. Поведенческая психология и автоматизация поведения: как привычки управляют нашей жизнью?
9. Самодисциплина и привычки: что играет главную роль в долгосрочном изменении поведения?
10. Как геймификация помогает формировать новые привычки?

Кейс-задания

Кейс 1: Развитие полезной привычки

Ситуация:

Мария хочет начать заниматься спортом, но у неё не получается выработать стабильную привычку. Она мотивирована, но каждый раз откладывает тренировки, объясняя это усталостью или нехваткой времени.

Вопросы для анализа:

1. Какие ошибки Мария допускает при формировании новой привычки?
2. Как можно использовать принцип «петли привычки» для успешного закрепления тренировок?
3. Какие методы саморегуляции помогут Марии придерживаться выбранного режима?

Кейс 2: Борьба с вредной привычкой

Ситуация:

Александр привык проверять телефон каждые 5 минут, даже когда работает. Он понимает, что это снижает его продуктивность, но не может избавиться от этой привычки.

Вопросы для анализа:

1. Как работает механизм зависимости от телефона с точки зрения психологии привычек?
2. Какие техники помогут Александру осознанно уменьшить частоту использования смартфона?
3. Какие альтернативные действия можно внедрить вместо привычки постоянного просмотра телефона?

Кейс 3: Социальное влияние на формирование привычек

Ситуация:

Максим перешёл в новый коллектив, где принято начинать день с обсуждения новостей за чашкой кофе. Через несколько недель он замечает, что выпивает больше кофе, чем раньше, хотя ранее не чувствовал потребности в этом.

Вопросы для анализа:

1. Как социальные факторы влияют на формирование новых привычек?
2. Почему привычки быстрее закрепляются в социальном окружении?
3. Как можно осознанно регулировать влияние окружающих на своё поведение?

Кейс 4: Применение геймификации для формирования привычек

Ситуация:

Компания внедрила систему бонусов для сотрудников, которые регулярно занимаются физической активностью. Работники, записывающие свои тренировки в корпоративном приложении, получают очки и могут обменять их на небольшие призы. Через полгода многие из них стали более активными.

Вопросы для анализа:

1. Как принципы геймификации могут способствовать формированию привычек?
2. Почему система вознаграждений помогает закреплять новое поведение?
3. Какие возможные риски связаны с мотивацией через внешние стимулы?

Кейс 5: Самоконтроль и привычки

Ситуация:

Анна хочет научиться вставать раньше, но каждый раз утром она отключает будильник и продолжает спать. Вечером она полна решимости изменить ситуацию, но утром снова откладывает пробуждение.

Вопросы для анализа:

1. Как работают механизмы самоконтроля в формировании привычек?
2. Какие методы помогут Анне повысить вероятность раннего подъёма?
3. Почему намерения часто не соответствуют реальным действиям, и как можно преодолеть это несоответствие?

Задания для самостоятельной работы к Теме 18: Создание развивающей образовательной среды: психологические аспекты

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое развивающая образовательная среда и какие её основные компоненты?
2. Как психологические факторы влияют на формирование комфортной образовательной среды?
3. Как физическое пространство школы или университета влияет на когнитивное и эмоциональное развитие учащихся?
4. Какие методы обучения способствуют созданию развивающей образовательной среды?
5. Как педагогическое взаимодействие влияет на формирование мотивации учащихся?
6. Как социальная среда в образовательном учреждении влияет на личностное развитие обучающихся?
7. Какие факторы способствуют вовлечённости учащихся в учебный процесс?
8. Как учитель может способствовать развитию у учащихся критического мышления и самостоятельности?
9. Как технологии могут улучшить образовательную среду, а как — ухудшить её?
10. Какие методы психологической поддержки важны для создания позитивной атмосферы в образовательной среде?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Психологические принципы создания развивающей образовательной среды.
2. Влияние образовательной среды на когнитивное развитие ребёнка.
3. Физическая и социальная образовательная среда: их взаимосвязь и влияние на обучаемость.
4. Роль педагога в формировании развивающей образовательной среды.
5. Как цифровые технологии изменяют образовательную среду?
6. Инклюзивное образование: как адаптировать образовательную среду для всех учащихся?
7. Современные образовательные подходы: от традиционной модели к проектному обучению.
8. Развитие soft skills в образовательной среде: как формировать навыки XXI века?
9. Методы психологической поддержки учащихся и создание комфортной атмосферы в классе.
10. Роль эмоционального интеллекта в образовательной среде: как педагогу создать доверительную атмосферу?

Кейс-задания

Кейс 1: Влияние образовательной среды на мотивацию учащихся

Ситуация:

Ученики одной школы показывают высокий уровень мотивации к обучению, активно участвуют в уроках и проявляют инициативу, а в другой школе, с таким же уровнем преподавания, учащиеся пассивны и часто пропускают занятия.

Вопросы для анализа:

1. Какие факторы образовательной среды могут объяснить разницу в мотивации учащихся?
2. Как социальные и психологические условия в школе могут влиять на вовлечённость в учебный процесс?

3. Какие методы могут помочь педагогам повысить мотивацию учащихся?

Кейс 2: Физическая среда и учебный процесс

Ситуация:

В одной школе классы оборудованы современными технологиями, интерактивными досками, удобной мебелью, в другой – обстановка остаётся традиционной. Учителя отмечают, что в первом случае дети более активны и заинтересованы в процессе обучения.

Вопросы для анализа:

1. Как физическая образовательная среда влияет на учебную активность и концентрацию внимания?
2. Какие элементы образовательной среды способствуют когнитивному и эмоциональному развитию учащихся?
3. Как можно адаптировать образовательную среду даже при ограниченных ресурсах?

Кейс 3: Проблемы адаптации учащихся в образовательной среде

Ситуация:

Анастасия перешла в новую школу, но чувствует себя одиноко. Ей сложно завести друзей, а учителя отмечают, что она почти не участвует в уроках.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические факторы могут мешать адаптации Анастасии?
2. Как учитель может создать условия для её включения в коллектив?
3. Какие стратегии поддержки можно предложить, чтобы улучшить её адаптацию?

Кейс 4: Цифровая образовательная среда: плюсы и минусы

Ситуация:

В университете преподаватели начали активно использовать дистанционные технологии. Одни студенты довольны гибкостью обучения, но другие отмечают, что им не хватает живого общения и мотивации к обучению.

Вопросы для анализа:

1. Как цифровые технологии могут как улучшать, так и ухудшать образовательную среду?
2. Какие меры можно предпринять, чтобы цифровые инструменты стали эффективными в обучении?
3. Как обеспечить баланс между традиционной и цифровой образовательной средой?

Кейс 5: Управление эмоциональным климатом в классе

Ситуация:

Учитель замечает, что в классе сложилась напряжённая атмосфера: учащиеся мало взаимодействуют друг с другом, часто возникают конфликты, а на уроках — пассивность.

Вопросы для анализа:

1. Как эмоциональный климат в образовательной среде влияет на учебную продуктивность?
2. Какие методы может использовать педагог для создания позитивной и развивающей образовательной среды?
3. Как можно работать с коллективом, чтобы сформировать доверительную и безопасную атмосферу в классе?

Задания для самостоятельной работы к Теме 19: Эмоциональный интеллект в профессиональной деятельности педагога

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое эмоциональный интеллект, и какие его основные компоненты?
2. Как эмоциональный интеллект влияет на эффективность педагогической деятельности?
3. В чём разница между эмоциональным интеллектом и когнитивным интеллектом?
4. Какие стратегии развития эмоционального интеллекта могут быть полезны педагогу?
5. Как способность к саморегуляции помогает педагогу справляться со стрессом?
6. Какие коммуникативные навыки связаны с высоким уровнем эмоционального интеллекта?
7. Как эмоциональный интеллект помогает управлять конфликтами в образовательной среде?
8. Влияние эмоционального интеллекта на мотивацию учащихся: как педагог может использовать эмоциональную осведомлённость?
9. Какие техники активного слушания могут помочь педагогу наладить контакт с учащимися?
10. Как можно диагностировать уровень эмоционального интеллекта у педагога?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Влияние эмоционального интеллекта на профессиональное выгорание педагога.
2. Как развивать эмоциональную компетентность у педагогов?
3. Эмоциональный интеллект и лидерство в образовательной среде.
4. Как высокий уровень эмоционального интеллекта помогает педагогу управлять классом?
5. Роль эмоционального интеллекта в разрешении конфликтов между учениками.
6. Как эмоциональный интеллект влияет на стрессоустойчивость и психологическое здоровье педагога?
7. Методы диагностики эмоционального интеллекта у педагогов.
8. Педагог и эмоциональное заражение: как эмоции учителя передаются ученикам?
9. Влияние эмоционального интеллекта на формирование мотивации учащихся.
10. Практики mindfulness как способ повышения эмоционального интеллекта.

Кейс-задания

Кейс 1: Управление эмоциями в конфликтной ситуации

Ситуация:

Во время урока ученик резко возражает педагогу, заявляя, что «это всё неважно, и учёба не имеет смысла». Учитель чувствует раздражение, но понимает, что если он ответит агрессивно, ситуация может усугубиться.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии саморегуляции может использовать педагог в данной ситуации?
2. Как эмоциональный интеллект помогает избежать эскалации конфликта?
3. Какие техники активного слушания помогут восстановить конструктивный диалог?

Кейс 2: Эмоциональное выгорание педагога

Ситуация:
Учитель с многолетним стажем замечает, что он стал раздражительным, ему трудно находить мотивацию для работы, он быстрее устаёт и испытывает ощущение профессионального истощения.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки профессионального выгорания проявляются у учителя?
2. Как эмоциональный интеллект помогает предотвратить эмоциональное истощение?
3. Какие методы восстановления и саморегуляции можно предложить в данной ситуации?

Кейс 3: Влияние эмоционального интеллекта на взаимодействие с учениками

Ситуация:
Педагог замечает, что в его классе есть ученики, которые избегают общения и неохотно включаются в работу на уроке. Он хочет наладить с ними контакт, но не знает, как правильно выстроить диалог.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии эмоционального интеллекта помогут педагогу установить доверительное общение с учениками?
2. Как можно использовать эмпатию для улучшения взаимодействия с классом?
3. Какие техники невербального общения могут помочь установить контакт?

Кейс 4: Конфликт между коллегами в педагогическом коллективе

Ситуация:
Два учителя долгое время работают вместе, но у них разные взгляды на методы преподавания. Один считает, что нужна строгая дисциплина, другой – что важно поддерживать дружескую атмосферу. Из-за этого они часто спорят и не могут прийти к компромиссу.

Вопросы для анализа:

1. Как эмоциональный интеллект помогает находить компромисс в профессиональном общении?
2. Какие техники эффективной коммуникации помогут разрешить конфликт?
3. Как можно повысить эмоциональную осведомлённость и взаимопонимание в коллективе?

Кейс 5: Развитие эмоционального интеллекта у учащихся

Ситуация:
Учитель замечает, что некоторые ученики с трудом выражают свои эмоции и не понимают чувства окружающих. Он хочет помочь им развить эмоциональную осведомлённость и коммуникативные навыки.

Вопросы для анализа:

1. Какие методы педагог может использовать для развития эмоционального интеллекта у учащихся?
2. Как обучение навыкам эмпатии может повлиять на атмосферу в классе?
3. Какие упражнения помогут ученикам лучше осознавать и контролировать свои эмоции?

Задания для самостоятельной работы к Теме 20: Психология взаимодействия с родителями: стратегии эффективного сотрудничества

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные принципы эффективного взаимодействия педагога с родителями?
2. Какие стили родительства существуют, и как они влияют на образовательный процесс?
3. Какие стратегии помогают наладить доверительные отношения между педагогом и родителями?
4. Каковы возможные причины конфликтов между педагогами и родителями?
5. Какие коммуникативные барьеры могут возникнуть в процессе взаимодействия?
6. Как эмоциональный интеллект педагога помогает наладить сотрудничество с родителями?
7. Как правильно проводить родительские собрания и индивидуальные консультации?
8. Какие методы активного слушания могут быть полезны педагогу при общении с родителями?
9. Как педагог может эффективно доносить важную информацию, избегая недопонимания?
10. Как работать с родителями, которые проявляют агрессию или чрезмерную тревожность?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Эффективные стратегии общения педагога с родителями учеников.
2. Психологические особенности восприятия информации родителями в образовательном процессе.
3. Конфликты между педагогами и родителями: причины и пути решения.
4. Влияние стиля воспитания родителей на учебную мотивацию ребёнка.
5. Как вовлечённость родителей в образовательный процесс влияет на успеваемость учащихся?
6. Методы построения доверительных отношений между педагогами и родителями.
7. Как адаптировать стиль общения с родителями в зависимости от их психотипа?
8. Психологические барьеры в общении учителя и родителей: как их преодолеть?
9. Эмоциональный интеллект как инструмент эффективного взаимодействия с родителями.
10. Как цифровые технологии меняют коммуникацию между школой и родителями?

Кейс-задания

Кейс 1: Родитель недоволен оценками ребёнка

Ситуация:

Мать ученика приходит к учителю с претензией: «Почему мой сын получил низкую оценку? Он говорит, что старался, а вы предвзято к нему относитесь!»

Вопросы для анализа:

1. Как педагог должен выстроить диалог, чтобы избежать конфликта?
2. Какие техники активного слушания помогут снизить эмоциональное напряжение?
3. Как донести объективную информацию о причинах оценок, сохранив уважение и доверие родителя?

Кейс 2: Излишняя опека родителей

Ситуация:

Отец ученицы требует, чтобы она не выполняла сложные задания, так как считает, что ребёнок

перегружен. Он постоянно вмешивается в учебный процесс, пытаясь контролировать все аспекты её обучения.

Вопросы для анализа:

1. Как педагог может помочь родителю осознать важность самостоятельности ребёнка?
2. Как наладить диалог, чтобы родитель почувствовал, что его мнение уважают, но при этом понял необходимость равномерного распределения нагрузки?
3. Какие аргументы можно привести, чтобы убедить родителя в пользе самостоятельного обучения?

Кейс 3: Агрессивное поведение родителей

Ситуация:

Во время родительского собрания один из родителей начинает повышать голос и обвинять учителя в некомпетентности. Атмосфера в зале становится напряжённой.

Вопросы для анализа:

1. Как педагог может реагировать на агрессивное поведение, не усугубляя конфликт?
2. Какие стратегии деэскалации помогут вернуть ситуацию в конструктивное русло?
3. Как педагог может завершить встречу на позитивной ноте?

Кейс 4: Родители не вовлечены в процесс обучения ребёнка

Ситуация:

Учитель замечает, что родители ученика не приходят на собрания, не интересуются его успехами и не помогают в организации учёбы. Ребёнок часто забывает делать домашние задания и испытывает трудности в учёбе.

Вопросы для анализа:

1. Какие причины могут объяснить низкую вовлечённость родителей?
2. Как педагог может мотивировать родителей больше участвовать в образовательном процессе?
3. Какие методы коммуникации помогут установить связь с родителями?

Кейс 5: Родитель жалуется на учителя в администрацию

Ситуация:

Родитель написал жалобу в администрацию школы, заявляя, что учитель несправедлив к его ребёнку. Однако сам педагог уверен, что соблюдает объективность и равные условия для всех учеников.

Вопросы для анализа:

1. Какие шаги педагог может предпринять для урегулирования ситуации?
2. Как можно выстроить разговор с родителем, чтобы разрешить недопонимание?
3. Какие превентивные меры помогут избежать подобных ситуаций в будущем?

Задания для самостоятельной работы к Теме 21: Психологические особенности подросткового возраста: воспитательный потенциал педагога

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Каковы основные психологические особенности подросткового возраста?
2. Какие этапы формирования личности проходят подростки?
3. Как влияет гормональная перестройка на эмоциональное состояние подростка?
4. Какие факторы формируют самооценку подростков?
5. Какова роль референтных групп и авторитетов в подростковом возрасте?
6. Какие виды кризисов переживают подростки, и как они влияют на их развитие?
7. Как педагог может способствовать формированию личностной автономии подростков?
8. Какие педагогические стратегии наиболее эффективны в работе с подростками?
9. Каково влияние цифровой среды и социальных сетей на развитие подростков?
10. Как воспитательная деятельность педагога может способствовать социальной адаптации подростков?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Кризис идентичности в подростковом возрасте: психологические аспекты.
2. Роль педагога в формировании самооценки и уверенности подростков.
3. Влияние семейного воспитания на поведение подростка.
4. Социальные сети и их воздействие на подростковую психику.
5. Методы профилактики рискованного поведения подростков.
6. Формирование лидерских качеств у подростков в образовательной среде.
7. Психологические аспекты подростковой дружбы и её влияние на личностное развитие.
8. Как учитель может стать значимой фигурой в жизни подростка?
9. Роль эмоционального интеллекта в развитии подростков.
10. Психологические проблемы подростков и методы их преодоления в школьной среде.

Кейс-задания

Кейс 1: Подросток и проблема самооценки

Ситуация:

Марина, ученица 9-го класса, стала избегать общения с одноклассниками и боится отвечать у доски. На уроках она старается не привлекать к себе внимания, хотя её знания по предмету достаточно высокие.

Вопросы для анализа:

1. Какие возможные причины могут объяснить её поведение?
2. Как педагог может помочь Марине повысить её самооценку?
3. Какие педагогические методы могут способствовать развитию уверенности подростка?

Кейс 2: Конфликт с родителями

Ситуация:

Андрей, ученик 10-го класса, часто спорит с родителями, требует больше свободы, но при этом не всегда выполняет обязанности по дому и в школе. Родители считают, что он «ведёт себя как ребёнок, но хочет прав взрослого».

Вопросы для анализа:

1. Какие кризисы взросления могут проявляться в данной ситуации?

2. Как педагог может помочь подростку осознать взаимосвязь свободы и ответственности?
3. Какие воспитательные подходы могут способствовать гармонизации отношений в семье?

Кейс 3: Подростковая агрессия

Ситуация:

В классе появился новый ученик, который сразу занял агрессивную позицию, часто провоцирует сверстников и конфликтует с учителем.

Вопросы для анализа:

1. Какие возможные психологические причины агрессивного поведения могут быть у подростка?
2. Какие методы педагогического воздействия помогут снизить уровень агрессии?
3. Как сформировать в классе поддерживающую и дружелюбную атмосферу?

Кейс 4: Влияние группы на подростка

Ситуация:

Олег всегда хорошо учился, но после знакомства с новой компанией друзей стал хуже посещать уроки, перестал делать домашние задания и стал грубо отвечать учителям.

Вопросы для анализа:

1. Какова роль референтных групп в подростковом возрасте?
2. Какие способы педагогического воздействия помогут предотвратить негативное влияние окружения?
3. Как педагог может помочь подростку сохранить индивидуальность и не поддаваться негативному влиянию?

Кейс 5: Поиск смысла и профессионального выбора

Ситуация:

Вера заканчивает 11-й класс, но не может выбрать будущую профессию. Её родители требуют, чтобы она поступала в медицинский вуз, но сама она не уверена, что хочет связать жизнь с этой сферой.

Вопросы для анализа:

1. Какие этапы формирования идентичности связаны с профессиональным выбором?
2. Как педагог может помочь подростку разобраться в своих склонностях и интересах?
3. Какие методы профориентации могут быть полезны в данной ситуации?

Задания для самостоятельной работы к Теме 22: Лидерство и организационная психология в образовательной сфере

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое лидерство, и какие его основные теории существуют?
2. В чём разница между формальным и неформальным лидерством?
3. Какие стили лидерства наиболее эффективны в образовательной среде?
4. Как лидерские качества педагога влияют на учебный процесс?
5. Какие факторы способствуют формированию лидерских качеств у учащихся?
6. Каковы ключевые принципы эффективного управления образовательной организацией?
7. Как корпоративная культура влияет на работу образовательного учреждения?
8. Как конфликты в коллективе влияют на образовательный процесс, и как ими управлять?
9. Какие стратегии могут помочь педагогу стать лидером в своём профессиональном сообществе?
10. Как цифровые технологии меняют модели лидерства в образовании?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Лидерство в образовательной среде: какие качества делают педагога эффективным лидером?
2. Влияние лидерского стиля директора школы на образовательный процесс.
3. Развитие лидерских качеств у учащихся: роль педагога и образовательной среды.
4. Теории мотивации и их применение в управлении образовательными коллективами.
5. Психологические аспекты принятия решений в образовательной организации.
6. Управление конфликтами в педагогическом коллективе: стратегии и методы.
7. Организационная культура школы: влияние на успеваемость и поведение учащихся.
8. Как команда педагогов влияет на эффективность образовательного процесса?
9. Инновационное лидерство в образовании: как управлять изменениями?
10. Как эмоциональный интеллект влияет на лидерство в образовательной среде?

Кейс-задания

Кейс 1: Конфликт лидеров в образовательном коллективе

Ситуация:

В школе два педагога с разными стилями преподавания претендуют на роль неформального лидера. Они критикуют методы друг друга и вовлекают коллег в конфликт.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные последствия этого конфликта для образовательного процесса?
2. Какие стратегии управления конфликтами можно применить в данной ситуации?
3. Как директор может помочь педагогам выстроить конструктивное взаимодействие?

Кейс 2: Развитие лидерских качеств у учащихся

Ситуация:

Ученица старших классов Анастасия активно проявляет инициативу в школьных проектах, но боится брать на себя ответственность за большие задачи. Учителя видят в ней потенциал, но не знают, как помочь ей раскрыть лидерские качества.

Вопросы для анализа:

1. Какие методы педагогического сопровождения помогут Анастасии развить уверенность в своих лидерских способностях?
2. Как можно мотивировать подростков к участию в управлении школьными процессами?
3. Какие практики могут способствовать формированию лидерства у школьников?

Кейс 3: Лидерство директора школы

Ситуация:

В одной школе недавно сменился директор. Новый руководитель хочет внедрить современные образовательные технологии, но большинство педагогов настроены консервативно и не готовы к изменениям.

Вопросы для анализа:

1. Какой стиль лидерства наиболее эффективен в данной ситуации?
2. Как можно мотивировать коллектив к принятию инноваций?
3. Какие управленческие подходы помогут снизить сопротивление изменениям?

Кейс 4: Создание позитивной организационной культуры

Ситуация:

В колледже наблюдается низкий уровень вовлечённости студентов и преподавателей. Дисциплина на занятиях страдает, а у преподавателей возникает профессиональное выгорание.

Вопросы для анализа:

1. Как организационная культура влияет на мотивацию и поведение студентов и преподавателей?
2. Какие методы можно использовать для улучшения атмосферы в образовательном учреждении?
3. Как руководитель может способствовать повышению вовлечённости сотрудников?

Кейс 5: Управление конфликтом между педагогами

Ситуация:

В одной школе два учителя спорят о том, какой метод обучения более эффективен. Один придерживается традиционных подходов, другой – инновационных технологий. Их разногласия негативно сказываются на учебном процессе и разделяют коллектив.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии управления конфликтами могут помочь разрешить ситуацию?
2. Как директор может выстроить диалог между конфликтующими сторонами?
3. Какие компромиссные решения могут удовлетворить обе стороны?

Задания для самостоятельной работы к Теме 23: Психология убеждения и эффективных презентационных стратегий

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Какие основные механизмы убеждения существуют в психологии?
2. Как работает принцип социальной доказательности в убеждении?
3. Какие стратегии убеждения наиболее эффективны в образовательной и профессиональной среде?
4. Какова роль эмоционального воздействия в процессе убеждения?
5. Какие когнитивные искажения чаще всего используются в манипулятивных техниках убеждения?
6. Какие компоненты делает презентацию убедительной?
7. Как невербальные сигналы влияют на восприятие говорящего?
8. Как структурировать презентацию для максимального воздействия на аудиторию?
9. Как можно адаптировать презентационные стратегии под разные типы аудитории?
10. Какие методы работы с возражениями помогают убедить собеседника?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Психологические теории убеждения: от Аристотеля до современных исследований.
2. Манипуляция и убеждение: в чём различие?
3. Влияние невербальной коммуникации на процесс убеждения.
4. Как технологии изменяют стратегии убеждения?
5. Принципы эффективного публичного выступления с позиции психологии.
6. Когнитивные искажения и их роль в формировании убеждений.
7. Как критическое мышление помогает сопротивляться манипуляциям?
8. Презентация как инструмент воздействия на аудиторию.
9. Как эмоциональные аргументы влияют на принятие решений?
10. Психология влияния в рекламе и маркетинге: техники, основанные на убеждении.

Кейс-задания

Кейс 1: Аргументация и работа с возражениями

Ситуация:

Преподаватель предлагает ввести новый метод обучения в школе, но часть коллектива не согласна и считает, что традиционные методы эффективнее.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии убеждения может использовать преподаватель?
2. Как он может аргументированно ответить на возражения коллег?
3. Какие техники активного слушания помогут наладить конструктивный диалог?

Кейс 2: Влияние невербальной коммуникации

Ситуация:

Лектор выступает перед аудиторией, но слушатели отвлекаются, не реагируют на его слова и выглядят уставшими. При этом сам выступающий говорит монотонно, не использует жестов и избегает зрительного контакта.

Вопросы для анализа:

1. Какие невербальные сигналы могут повысить вовлечённость аудитории?

2. Как можно адаптировать стиль подачи материала для удержания внимания?
3. Какие приёмы взаимодействия с аудиторией помогут повысить уровень её участия?

Кейс 3: Использование когнитивных искажений в убеждении

Ситуация:

Политик во время предвыборной речи заявляет: «Все успешные страны используют нашу стратегию, значит, и мы должны её принять».

Вопросы для анализа:

1. Какой когнитивный механизм используется в этом аргументе?
2. Насколько этот аргумент объективен?
3. Как критическое мышление помогает анализировать подобные утверждения?

Кейс 4: Эффективная презентация идеи

Ситуация:

Анастасия хочет убедить руководство школы внедрить новый цифровой инструмент для обучения, но боится, что её презентация будет воспринята скептически.

Вопросы для анализа:

1. Какие ключевые компоненты сделают её презентацию убедительной?
2. Какую структуру выступления лучше всего использовать?
3. Как эмоциональный интеллект может помочь ей наладить контакт с аудиторией?

Кейс 5: Манипулятивные стратегии в переговорах

Ситуация:

Во время переговоров один из участников заявляет: «Если вы не примете это предложение прямо сейчас, мы найдём других партнёров».

Вопросы для анализа:

1. Какая манипулятивная техника используется в этом утверждении?
2. Как можно реагировать на подобные заявления, не поддаваясь давлению?
3. Какие техники ассертивного поведения помогут защититься от манипуляций?

Задания для самостоятельной работы к Теме 24: Применение арт-терапевтических методик в образовательном процессе

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое арт-терапия и какие её основные направления?
2. Как арт-терапия влияет на когнитивное и эмоциональное развитие обучающихся?
3. Какие виды арт-терапевтических методик можно использовать в образовательной среде?
4. Как искусство помогает в развитии саморегуляции и снижении стресса у учащихся?
5. Какие возрастные особенности необходимо учитывать при использовании арт-терапии в образовательном процессе?
6. В чём отличие арт-терапии от традиционных методов обучения и психокоррекции?
7. Как арт-терапия может способствовать развитию коммуникативных навыков учащихся?
8. Какие формы арт-терапии наиболее эффективны при работе с детьми с особыми образовательными потребностями?
9. Как можно интегрировать арт-терапию в повседневный образовательный процесс?
10. Каковы критерии эффективности арт-терапевтических методик в обучении?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Арт-терапия как метод психологической поддержки учащихся.
2. Влияние арт-терапевтических занятий на снижение тревожности у школьников.
3. Использование изотерапии (рисования) в образовательном процессе.
4. Арт-терапия и развитие эмоционального интеллекта у детей.
5. Теоретические основы применения арт-терапии в педагогической практике.
6. Музыкальная терапия в образовательном процессе: психологические эффекты.
7. Драматерапия как способ развития самовыражения у подростков.
8. Интерактивные арт-методики в работе с детьми с особыми образовательными потребностями.
9. Арт-терапия как инструмент инклюзивного образования.
10. Как педагог может использовать арт-терапию для создания комфортной образовательной среды?

Кейс-задания

Кейс 1: Использование арт-терапии для снижения тревожности у школьников

Ситуация:

Учитель замечает, что у некоторых учеников повышенный уровень тревожности перед экзаменами. Они переживают, теряют мотивацию и плохо спят.

Вопросы для анализа:

1. Какие арт-терапевтические методы можно использовать для снижения тревожности?
2. Как регулярные творческие занятия могут повлиять на эмоциональное состояние учащихся?
3. Как можно интегрировать арт-терапию в образовательный процесс без ущерба для академической программы?

Кейс 2: Развитие коммуникативных навыков через арт-терапию

Ситуация:
В классе есть группа учеников, которым сложно общаться друг с другом. Они замкнуты, избегают взаимодействия и часто сидят одни.

Вопросы для анализа:

1. Как арт-терапия может помочь в развитии социальных навыков у учащихся?
2. Какие формы групповой арт-терапии могут быть наиболее эффективными?
3. Как педагог может оценить эффективность этих занятий?

Кейс 3: Арт-терапия в работе с детьми с особыми образовательными потребностями

Ситуация:
В школе учится ребёнок с диагнозом «аутизм». Он испытывает трудности в коммуникации и не участвует в традиционных групповых заданиях.

Вопросы для анализа:

1. Как арт-терапевтические методики могут помочь ребёнку развить коммуникативные навыки?
2. Какие формы арт-терапии наиболее подходят для работы с детьми с аутизмом?
3. Как педагог может создать комфортную среду для такого ученика?

Кейс 4: Использование музыкотерапии в образовательном процессе

Ситуация:
Некоторые ученики испытывают трудности с концентрацией на уроках. Учитель решает использовать музыкотерапию перед началом занятий, но не все коллеги поддерживают эту идею.

Вопросы для анализа:

1. Каковы основные принципы музыкотерапии и её влияние на когнитивные функции?
2. Какие виды музыкального сопровождения наиболее эффективно использовать в образовательном процессе?
3. Как можно измерить влияние музыкотерапии на концентрацию и успеваемость учеников?

Кейс 5: Интеграция арт-терапии в школьное расписание

Ситуация:
Руководство школы хочет включить элементы арт-терапии в образовательный процесс, но некоторые родители выражают скептицизм, считая это ненужным развлечением.

Вопросы для анализа:

1. Какие аргументы можно привести в пользу использования арт-терапии в школе?
2. Как можно адаптировать арт-терапевтические занятия, чтобы они дополняли учебный процесс?
3. Какие научные исследования подтверждают эффективность арт-терапии в образовании?

Задания для самостоятельной работы к Теме 25: Когнитивные искажения и развитие критического мышления у обучающихся

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое когнитивные искажения, и почему они возникают?
2. Какие основные виды когнитивных искажений выделяют в психологии?
3. Как когнитивные искажения влияют на принятие решений?
4. В чём разница между критическим мышлением и обычной логической аргументацией?
5. Какие методы помогают развивать критическое мышление у обучающихся?
6. Как социальные сети и цифровая среда влияют на формирование когнитивных искажений?
7. Какие стратегии помогают человеку осознавать и преодолевать свои когнитивные искажения?
8. Как педагог может научить учеников анализировать информацию и противостоять манипуляциям?
9. Как когнитивные искажения влияют на процесс обучения и усвоения информации?
10. Какие упражнения могут помочь учащимся развивать навыки критического мышления?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Когнитивные искажения как барьер для объективного восприятия реальности.
2. Методы развития критического мышления в образовательном процессе.
3. Как когнитивные искажения влияют на учебную мотивацию?
4. Эффект Даннинга-Крюгера: почему люди переоценивают или недооценивают свои знания?
5. Когнитивные ловушки в повседневной жизни: примеры и способы их преодоления.
6. Критическое мышление и медиаграмотность: как анализировать информацию в цифровую эпоху?
7. Эффект подтверждения: почему люди ищут только удобную для них информацию?
8. Влияние когнитивных искажений на общественное мнение и массовую коммуникацию.
9. Психологические техники, помогающие преодолевать когнитивные искажения.
10. Логические ошибки и манипуляции в публичных выступлениях и рекламе.

Кейс-задания

Кейс 1: Эффект подтверждения в учебной деятельности

Ситуация:

Студент Иван уверен, что у него плохая память, и поэтому не старается запоминать материал. Он замечает только те случаи, когда действительно что-то забывает, но игнорирует моменты, когда он успешно запомнил информацию.

Вопросы для анализа:

1. Какое когнитивное искажение проявляется в данной ситуации?
2. Какие способы помогут Ивану изменить своё восприятие?
3. Как преподаватель может помочь студенту развить уверенность в своих когнитивных способностях?

Кейс 2: Когнитивные искажения в социальных сетях

Ситуация:
Алина активно читает новости в интернете. Она замечает, что её лента социальных сетей предлагает только материалы, подтверждающие её политические взгляды. В результате она убеждена, что её мнение поддерживает большинство, и игнорирует альтернативные точки зрения.

Вопросы для анализа:

1. Какое когнитивное искажение проявляется в данном случае?
2. Как алгоритмы социальных сетей могут усиливать когнитивные искажения?
3. Какие техники помогут Алине объективно оценивать поступающую информацию?

Кейс 3: Эффект Даннинга-Крюгера в обучении

Ситуация:
Два студента сдают экзамен. Один из них практически не готовился, но уверен, что сдаст на высокий балл. Второй долго учился, но сомневается в своих знаниях. В итоге первый проваливает экзамен, а второй сдаёт на отлично.

Вопросы для анализа:

1. Какое когнитивное искажение проявляется в данной ситуации?
2. Почему люди, обладающие меньшими знаниями, часто переоценивают свои способности?
3. Как преподаватель может корректировать эффект Даннинга-Крюгера у студентов?

Кейс 4: Влияние когнитивных искажений на принятие решений

Ситуация:
Владимир выбирает смартфон и убеждён, что дорогая техника всегда лучше дешёвой. Он даже не рассматривает модели средней ценовой категории, несмотря на их отличные характеристики.

Вопросы для анализа:

1. Какое когнитивное искажение мешает Владимиру сделать объективный выбор?
2. Как можно научиться принимать более рациональные решения?
3. Какие техники критического мышления можно применить к данной ситуации?

Кейс 5: Ошибки логики в аргументации

Ситуация:
На школьных дебатах один из учеников говорит: «Если мы не будем увеличивать расходы на образование, то вся страна погрузится в хаос».

Вопросы для анализа:

1. Какой тип логической ошибки используется в аргументации?
2. Почему такие аргументы могут быть убедительными, несмотря на их нелогичность?
3. Как можно научить учащихся распознавать подобные ошибки в рассуждениях?

Задания для самостоятельной работы к Теме 26: Психологические аспекты цифровой зависимости и информационной перегрузки

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое цифровая зависимость и каковы её основные признаки?
2. Какие виды цифровой зависимости существуют?
3. Каковы когнитивные и эмоциональные последствия чрезмерного использования цифровых технологий?
4. В чём разница между цифровой зависимостью и здоровым использованием гаджетов?
5. Как многозадачность в цифровой среде влияет на внимание и продуктивность?
6. Каковы причины возникновения информационной перегрузки?
7. Какие последствия информационной перегрузки для психики человека?
8. Какие стратегии управления цифровым потреблением помогают избежать зависимости?
9. Как цифровая детоксикация может повлиять на когнитивные функции и психическое здоровье?
10. Как искусственный интеллект и алгоритмы социальных сетей способствуют формированию зависимости?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Психология цифровой зависимости: механизмы формирования и способы преодоления.
2. Влияние социальных сетей на психику и когнитивные процессы.
3. Информационная перегрузка: как избыточный поток данных влияет на мышление?
4. Методы саморегуляции и цифровой гигиены: как сохранить баланс между онлайном и офлайном?
5. Роль гаджетов в формировании зависимого поведения у детей и подростков.
6. Психологические последствия интернет-зависимости: тревожность, депрессия, нарушение сна.
7. Как алгоритмы социальных сетей создают эффект «цифрового пузыря»?
8. Феномен клипового мышления и его связь с постоянным потреблением цифрового контента.
9. Методы цифровой детоксикации: эффективные способы ограничения экранного времени.
10. Роль педагогов и родителей в профилактике цифровой зависимости у школьников.

Кейс-задания

Кейс 1: Зависимость от смартфона

Ситуация:

Алексей замечает, что не может долго находиться без телефона. Он проверяет соцсети каждые 5 минут, даже когда находится в компании друзей. Если у него разряжается телефон, он испытывает тревожность.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки цифровой зависимости проявляются у Алексея?
2. Каковы возможные психологические последствия такого поведения?
3. Какие методы саморегуляции помогут снизить уровень зависимости?

Кейс 2: Информационная перегрузка у студента

Ситуация:
Мария – студентка, которая одновременно готовится к экзаменам и работает. Она подписана на десятки образовательных каналов, пытается изучить сразу несколько курсов, но ощущает, что не может обработать всю информацию.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные причины информационной перегрузки?
2. Как перегрузка влияет на память, внимание и эмоциональное состояние?
3. Какие стратегии тайм-менеджмента помогут Марии снизить уровень перегрузки?

Кейс 3: Социальные сети и формирование зависимости

Ситуация:
Ирина проводит большую часть свободного времени в социальных сетях. Она регулярно выкладывает фото и переживает, если её публикации не получают достаточного количества лайков.

Вопросы для анализа:

1. Какие когнитивные механизмы формируют зависимость от социальных сетей?
2. Как социальное одобрение влияет на психологическое состояние человека?
3. Какие способы могут помочь Ирине сократить зависимость от социальных сетей?

Кейс 4: Влияние многозадачности на когнитивные функции

Ситуация:
Сергей во время работы постоянно переключается между задачами: он пишет отчёт, параллельно проверяет электронную почту, отвечает на сообщения в мессенджерах и слушает вебинар. К концу дня он чувствует сильное утомление и замечает, что сделал много ошибок.

Вопросы для анализа:

1. Как постоянное переключение между задачами влияет на продуктивность и концентрацию внимания?
2. Какие нейропсихологические механизмы лежат в основе когнитивного истощения?
3. Как можно выстроить рабочий процесс, чтобы минимизировать влияние многозадачности?

Кейс 5: Цифровая детоксикация

Ситуация:
Группа студентов решила провести эксперимент: на неделю отказаться от соцсетей и использования смартфонов за пределами учебного процесса. Через несколько дней часть участников испытывает тревожность, другие – напротив, отмечают, что стали лучше спать и концентрироваться на учёбе.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические эффекты могут возникать при резком ограничении цифрового потребления?
2. Почему некоторые люди испытывают тревожность при отказе от гаджетов?
3. Как можно постепенно внедрять цифровую детоксикацию для улучшения когнитивного и эмоционального состояния?

Задания для самостоятельной работы к Теме 27: Психология саморегуляции и профилактика эмоционального истощения педагога

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Что такое саморегуляция, и какие её основные механизмы?
2. Каковы основные стадии профессионального выгорания педагога?
3. Какие факторы способствуют развитию эмоционального истощения у педагогов?
4. Как стресс и хроническое напряжение влияют на когнитивные и эмоциональные функции?
5. Какие техники саморегуляции помогают педагогу сохранять психологическое равновесие?
6. Как эмоциональный интеллект помогает в управлении стрессом и эмоциями?
7. Какие практики тайм-менеджмента могут снизить уровень профессионального истощения?
8. Как педагог может восстанавливать ресурсное состояние после рабочего дня?
9. Как психологическая поддержка коллег и администрации влияет на уровень выгорания?
10. Какие стратегии помогут педагогу сохранять баланс между работой и личной жизнью?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Профессиональное выгорание педагогов: причины, симптомы и методы профилактики.
2. Эмоциональный интеллект как фактор устойчивости к стрессу у педагогов.
3. Роль саморегуляции в эффективной педагогической деятельности.
4. Методы психоэмоциональной разгрузки в работе учителя.
5. Как педагогу сохранить баланс между работой и личной жизнью?
6. Влияние когнитивных стратегий на снижение уровня стресса у педагогов.
7. Психологическая помощь педагогам с высоким уровнем профессионального выгорания.
8. Методы осознанности (mindfulness) и их влияние на эмоциональное состояние учителя.
9. Самоэффективность и уверенность в себе как защита от эмоционального истощения.
10. Поддержка педагогов со стороны администрации и её влияние на профессиональное здоровье.

Кейс-задания

Кейс 1: Признаки эмоционального выгорания

Ситуация:

Учитель начальных классов Анна Сергеевна стала замечать, что испытывает постоянную усталость, раздражение и потерю интереса к работе. Она чувствует, что не получает удовольствия от преподавания, хотя раньше любила свою профессию.

Вопросы для анализа:

1. Какие признаки эмоционального выгорания проявляются у Анны Сергеевны?
2. Какие причины могли привести её к этому состоянию?
3. Какие методы саморегуляции помогут ей восстановить эмоциональное равновесие?

Кейс 2: Конфликт и стресс в педагогической деятельности

Ситуация:

Преподаватель старших классов Иван Петрович испытывает высокий уровень стресса из-за

постоянных конфликтов с родителями учеников. Он чувствует, что любые его решения подвергаются критике, и начинает сомневаться в своих профессиональных компетенциях.

Вопросы для анализа:

1. Как хронический стресс может повлиять на его эмоциональное состояние и профессиональную деятельность?
2. Какие стратегии помогут ему справиться с конфликтами и снизить уровень стресса?
3. Как поддержка коллег и администрации может повлиять на эмоциональное состояние педагога?

Кейс 3: Проблемы с восстановлением ресурса

Ситуация:

Педагог дополнительного образования Марина Алексеевна замечает, что даже на выходных думает о работе, проверяет задания учеников и планирует занятия. Она чувствует, что у неё нет личного времени, а отдых не приносит облегчения.

Вопросы для анализа:

1. Каковы возможные причины её состояния?
2. Какие методы восстановления психологического ресурса могут помочь ей?
3. Как можно выстроить границы между работой и личной жизнью?

Кейс 4: Перфекционизм как фактор эмоционального истощения

Ситуация:

Молодой преподаватель Марк Викторович всегда старается быть лучшим в своей профессии: он перерабатывает, готовится к каждому уроку до поздней ночи и переживает, если что-то идёт не по плану. Со временем он начинает чувствовать истощение и разочарование в себе.

Вопросы для анализа:

1. Как перфекционизм может способствовать профессиональному выгоранию?
2. Какие стратегии помогут Марку Викторовичу снизить уровень самокритики и восстановить баланс?
3. Как педагог может поддерживать высокий профессиональный уровень, не жертвуя своим эмоциональным здоровьем?

Кейс 5: Поддержка коллег и профилактика выгорания

Ситуация:

В школе работает коллектив, где учителя редко общаются друг с другом и не делятся своими переживаниями. В результате педагоги чувствуют себя эмоционально изолированными и сталкиваются с высоким уровнем стресса.

Вопросы для анализа:

1. Как отсутствие поддержки коллег может повлиять на эмоциональное состояние учителей?
2. Какие методы командной работы и групповой поддержки могут снизить уровень стресса?
3. Как можно создать культуру взаимопомощи и психологической поддержки в образовательной среде?

Задания для самостоятельной работы к Теме 28: Будущее психологии: трансформация личности в цифровую эпоху

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Как цифровые технологии изменяют психологические процессы восприятия и мышления?
2. Каковы основные вызовы для психологии личности в условиях цифровизации?
3. Какие изменения происходят в структуре идентичности человека под влиянием виртуальной среды?
4. Влияет ли цифровая социализация на уровень эмпатии и эмоционального интеллекта?
5. Как цифровая среда трансформирует процессы принятия решений и самоидентификации?
6. Какие новые психологические расстройства появились в связи с развитием технологий?
7. Как искусственный интеллект может повлиять на развитие психологической науки?
8. Как изменятся методы психотерапии в цифровую эпоху?
9. Какие этические вопросы возникают в связи с развитием цифровой психологии?
10. Какие направления исследований в психологии становятся приоритетными в условиях цифровой трансформации?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Цифровая личность: как виртуальная среда влияет на самоидентификацию?
2. Влияние социальных сетей на формирование личности.
3. Искусственный интеллект и психология: перспективы сотрудничества и угрозы.
4. Киберпсихология: новое направление науки о личности.
5. Как цифровизация изменяет наши когнитивные способности?
6. Влияние технологий на эмоциональную сферу человека.
7. Цифровая зависимость: миф или реальность?
8. Виртуальная реальность и её влияние на психологическое благополучие.
9. Этические аспекты цифровой психотерапии.
10. Как геймификация изменяет поведение и привычки человека?

Кейс-задания

Кейс 1: Формирование цифровой идентичности

Ситуация:

Анна активно ведёт социальные сети, тщательно продумывает каждый пост и создаёт образ успешного человека. В реальной жизни она чувствует тревожность и страх не соответствовать ожиданиям подписчиков.

Вопросы для анализа:

1. Какие психологические механизмы лежат в основе формирования цифровой идентичности?
2. Как цифровая среда влияет на самопрезентацию и самооценку?
3. Как можно поддерживать баланс между реальной и виртуальной личностью?

Кейс 2: Влияние цифровых технологий на внимание

Ситуация:

Максим привык читать короткие новости и смотреть ролики длиной не более минуты. Когда он пытается прочитать длинный текст, ему становится сложно сосредоточиться.

Вопросы для анализа:

1. Как цифровая среда влияет на когнитивные функции, включая внимание и память?
2. Какие методы помогут восстановить способность к длительной концентрации?
3. Какие практики цифровой гигиены могут снизить негативное влияние информационной перегрузки?

Кейс 3: Искусственный интеллект в психологии

Ситуация:

Наталья решила обратиться за психологической поддержкой, но вместо консультации с человеком воспользовалась сервисом искусственного интеллекта. Она заметила, что ИИ даёт советы, похожие на советы настоящего психолога, но она не чувствует эмоциональной связи.

Вопросы для анализа:

1. Каковы преимущества и недостатки использования искусственного интеллекта в психологии?
2. Может ли ИИ заменить живого психолога, и какие ограничения у него есть?
3. Какие этические вопросы возникают при использовании ИИ в психотерапии?

Кейс 4: Влияние цифровых технологий на эмоциональный интеллект

Ситуация:

Учителя отмечают, что современные подростки испытывают трудности в распознавании эмоций друг друга, а их общение всё чаще проходит через мессенджеры.

Вопросы для анализа:

1. Как цифровая среда влияет на развитие эмоционального интеллекта?
2. Какие техники можно использовать для повышения эмпатии в цифровую эпоху?
3. Как можно интегрировать эмоциональное развитие в образовательный процесс?

Кейс 5: Будущее личности в цифровом мире

Ситуация:

В компании внедрили систему оценки сотрудников на основе анализа их цифровой активности: скорости ответа на письма, частоты общения в рабочих чатах и уровня вовлечённости в цифровые проекты. Некоторые сотрудники обеспокоены тем, что их оценивают не по реальным навыкам, а по цифровому следу.

Вопросы для анализа:

1. Как цифровая активность человека может повлиять на его профессиональную идентичность?
2. Какие риски возникают при использовании цифровых данных для оценки личности?
3. Как можно защитить личные границы в цифровом мире?

Задания для самостоятельной работы к Теме 29: Обобщение и интеграция психологических знаний в профессиональную деятельность

Перечень вопросов для самостоятельной работы:

1. Как психологические знания помогают в профессиональной деятельности?
2. В каких сферах наиболее востребованы психологические навыки?
3. Как эмоциональный интеллект влияет на профессиональное взаимодействие?
4. Какие методы саморегуляции можно использовать для повышения профессиональной эффективности?
5. Как критическое мышление помогает в принятии решений в работе?
6. Какие техники мотивации можно применять в профессиональной среде?
7. Как управлять конфликтами в коллективе с использованием знаний психологии?
8. В чём заключается психологическая адаптация к изменениям в профессиональной среде?
9. Какие методы психологической диагностики можно применять в HR и управлении персоналом?
10. Как современные технологии влияют на интеграцию психологических знаний в профессиональную деятельность?

Перечень тем рефератов / эссе:

1. Как психологические знания помогают в построении карьеры?
2. Психология управления: какие принципы важны для эффективного лидерства?
3. Влияние психологического климата в коллективе на продуктивность сотрудников.
4. Саморегуляция как фактор профессионального роста.
5. Роль психологии в переговорах и ведении деловых коммуникаций.
6. Как развитие эмоционального интеллекта влияет на профессиональные достижения?
7. Психологические техники повышения стрессоустойчивости на работе.
8. Методы тайм-менеджмента и их влияние на профессиональную эффективность.
9. Психология саморазвития: как знания о мотивации помогают достигать целей?
10. Психологические аспекты эффективного обучения взрослых.

Кейс-задания

Кейс 1: Применение психологии в управлении персоналом

Ситуация:

Менеджер замечает, что в коллективе растёт напряжение, сотрудники часто конфликтуют, а мотивация снижается. Руководство хочет изменить стиль управления, но не знает, какие подходы использовать.

Вопросы для анализа:

1. Как психологические знания помогут разрешить ситуацию?
2. Какие методы можно использовать для улучшения психологического климата?
3. Какие формы нематериального стимулирования помогут повысить мотивацию сотрудников?

Кейс 2: Критическое мышление и принятие решений

Ситуация:

Сотрудник принимает решения на основе интуиции, не анализируя информацию. В результате его проекты часто оказываются менее эффективными, чем ожидалось.

Вопросы для анализа:

1. Какие когнитивные искажения могут влиять на принятие решений?
2. Как развивать критическое мышление в профессиональной деятельности?
3. Какие техники помогут сотруднику лучше анализировать информацию перед принятием решения?

Кейс 3: Развитие саморегуляции для повышения эффективности

Ситуация:

Мария – преподаватель, которая испытывает стресс из-за высокой нагрузки. Она замечает, что быстро устаёт и теряет концентрацию, но не знает, как справляться с напряжением.

Вопросы для анализа:

1. Какие техники саморегуляции помогут Марии сохранить ресурсное состояние?
2. Как можно организовать рабочий процесс, чтобы снизить уровень стресса?
3. Какие методы психологической разгрузки можно использовать в течение рабочего дня?

Кейс 4: Психология конфликтов в коллективе

Ситуация:

В отделе возникло напряжение между двумя сотрудниками, которые не могут договориться по рабочим вопросам. Их конфликт влияет на общую продуктивность команды.

Вопросы для анализа:

1. Какие стратегии разрешения конфликта можно предложить?
2. Какую роль играет эмоциональный интеллект в управлении конфликтами?
3. Как руководитель может предотвратить эскалацию подобных ситуаций в будущем?

Кейс 5: Влияние психологических знаний на профессиональное развитие

Ситуация:

Павел – молодой специалист, который хочет расти в карьере, но не уверен в своих силах. Он сомневается в своих решениях, боится брать на себя ответственность и избегает сложных задач.

Вопросы для анализа:

1. Как психологические знания помогут Павлу развить уверенность в себе?
2. Какие техники саморегуляции могут помочь справиться с профессиональными страхами?
3. Какие стратегии карьерного роста можно использовать на основе психологических принципов?

П.2.6. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

Модуль 1

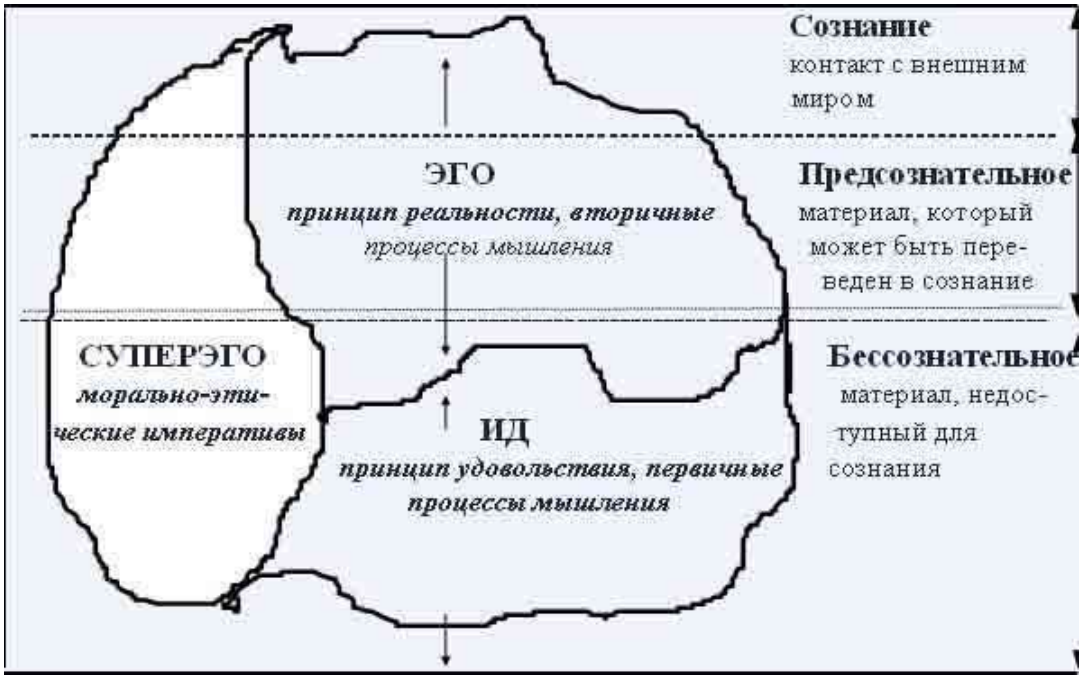
1. **Предмет и методы психологии: научный подход к изучению психики**
   - Методы психологии: эксперимент, наблюдение, тестирование



   - Теоретические подходы: бихевиоризм, психоанализ, когнитивная психология



2. **Теории личности в психологии: от классики к современности**
   - Теория психоанализа (Фрейд)



- Теория черт личности (Кеттел, Айзенк)



- Гуманистическая теория (Маслоу, Роджерс)



- Теория социального научения (Бандура)



3. **Познавательные процессы: восприятие, память, мышление**
   - Модель обработки информации (Аткинсон и Шиффрин)



- Виды памяти (сенсорная, кратковременная, долговременная)

Параметры и виды памяти	Сенсорные регистры	Кратковременная память	Долговременная память
Ввод информации	механизмы предвнимания	внимание	проговаривание, ...
Репрезентация информации	след сенсорного воздействия	акустическая и/или артикуляционная, возможно, зрительная и семантическая	в основном семантическая
Объем информации	большой	маленький, в пределах «магического числа»	предел неизвестен
Забывание информации	угасание	вытеснение, возможно, интерференция	возможно, отсутствует
Время сохранения	порядка 300 мс	порядка 30 с	от минут до десятилетий
Извлечение информации	считывание	поиск	возможно, поиск
Структура памяти	неассоциативная	неассоциативная	ассоциативная

Б.М. Величковский, Когнитивная наука, 2006

- Когнитивные схемы (Пиаже)

СТАДИЯ	ХАРАКТЕРИСТИКА
1. Сенсомоторная (от рождения до 2 лет)	Отличает себя от предметов. Осознает себя как носителя действия и начинает действовать произвольно; например, дергает за веревку, чтобы привести игрушку движение, или трясет погремушку, чтобы пошуметь.
2. Дооперациональная (2-7 лет)	Учится пользоваться речью и представлять предметы словами в образах. Мышление все еще эгоцентрично: с трудом принимает точку зрения других. Классифицирует объекты по одному признаку: например, группирует вместе все красные блоки независимо от формы или все квадратные блоки независимо от цвета.
3. Конкретных операций (7-11 лет)	Может мыслить логически об объектах и событиях. Постигает сохранение количества (6 лет), объема (7 лет) и веса (9 лет). Классифицирует объекты по нескольким признакам и может упорядочивать их в ряды по одному параметру, например величине.
4. Формальных операций (11 лет и более)	Может мыслить логически об абстрактных высказываниях и систематически проверяет гипотезы. Начинает интересоваться гипотетическими и идеологическими проблемами, будущим.
Возраст указан в среднем. Он может значительно варьироваться в зависимости от интеллекта, культурного фона и социоэкономических факторов, но порядок их следования предполагается одинаковым у всех детей. Здесь дана только общая характеристика стадий, а в каждой из них Пиаже описал ряд более детальных подстадий.	

- Гипотеза лингвистической относительности (Сэпир-Уорф)



4. **Транзактный анализ: психологические аспекты межличностного общения**
   - Эго-состояния (Родитель, Взрослый, Ребёнок) – схема Эрика Берна

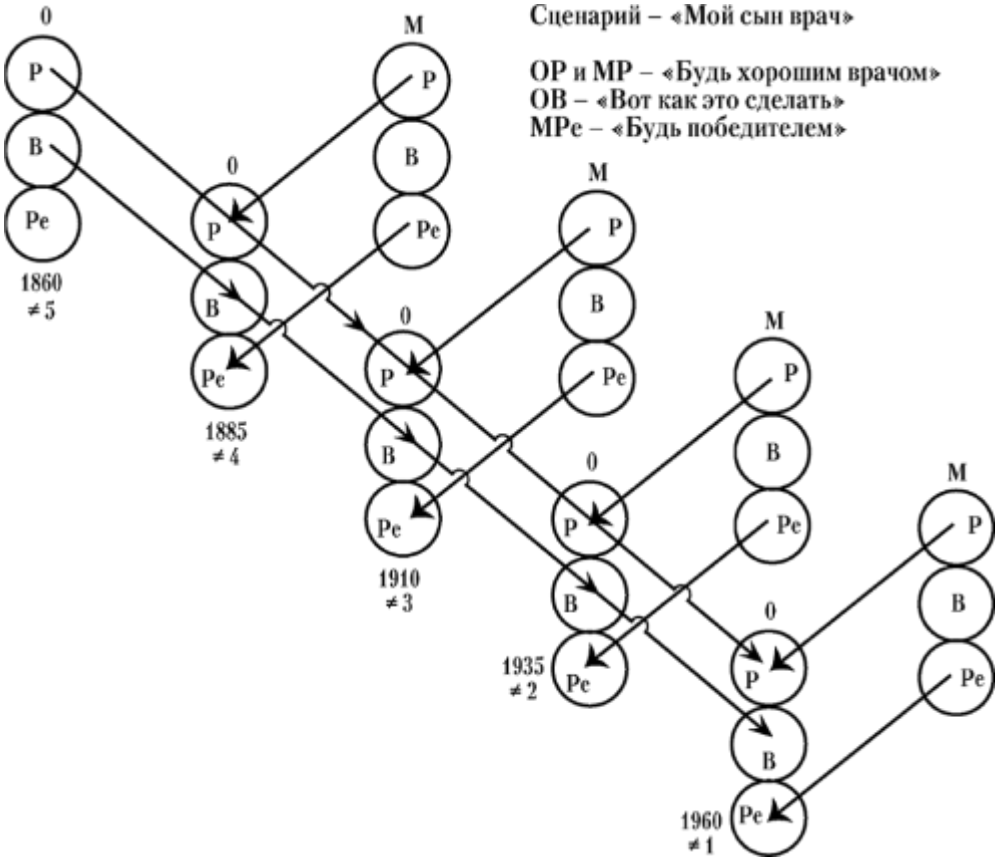
Инстанции Я и типичные способы поведения и высказывания

Инстанция Я		Типичные способы поведения, высказывания
Родитель	Заботливый родитель	Утешает, исправляет, помогает "Это мы сделаем" "Не бойся" "Мы все тебе поможем"
	Критический родитель	Грозит, критикует, приказывает "Опять ты опаздал на работу?" "У каждого на столе должен быть график!"
Взрослый		Собирает и дает информацию, оценивет вероятность, принимает решения "Который час?" "У кого же может быть это письмо?" "Эту проблему мы решим в группе"
Ребенок	Спонтанный ребенок	Естественное, имульсивное, хитрое, эгоцентричное поведение "Это дурацкое письмо у меня уже третий раз на столе" "Вы это сделали просто замечательно!"
	Приспосабливающийся ребенок	Беспомощное, боязливое, приспосабливающееся к нормам, уступчивое поведение "Я бы с радостью, но у нас будут неприятности"
	Бунтующий ребенок	Протестующее, бросающее вызов поведение "Я это делать не буду!" "Вы этого сделат не сможете"

- Виды транзакций (комплементарные, пересекающиеся, скрытые)



- «Игры, в которые играют люди»



5. **Эмоционально-мотивационная регуляция поведения: теория и практика**

- Пирамида Маслоу



- Теория самодетерминации (Райан и Деси)

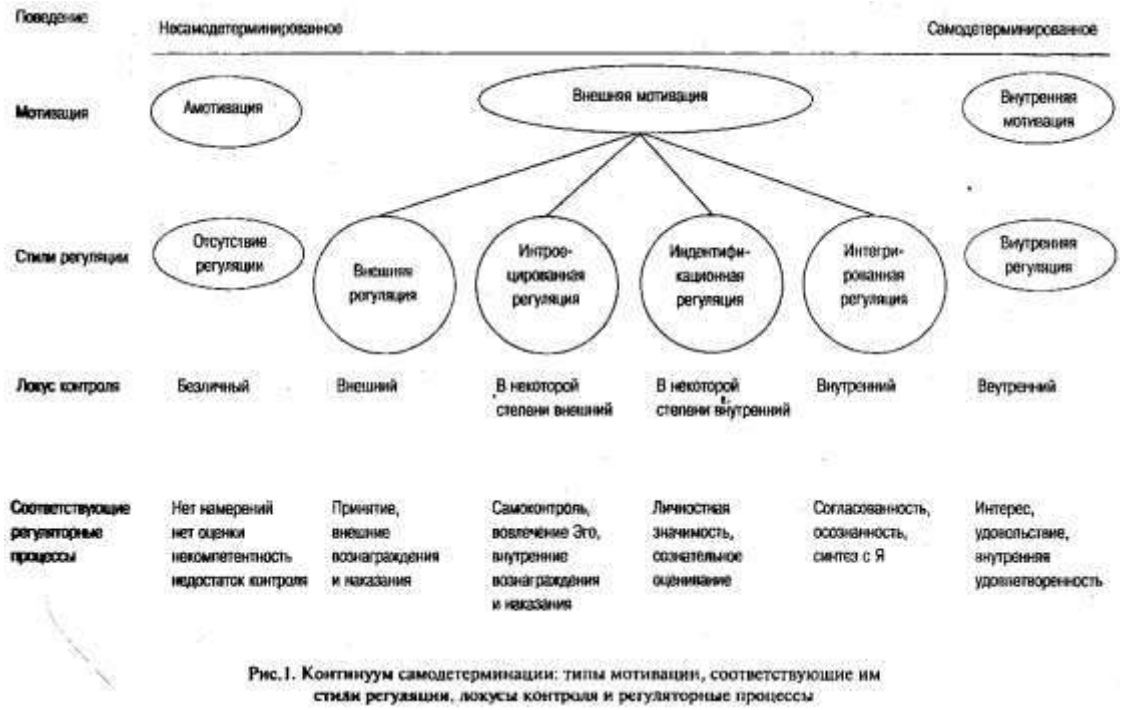
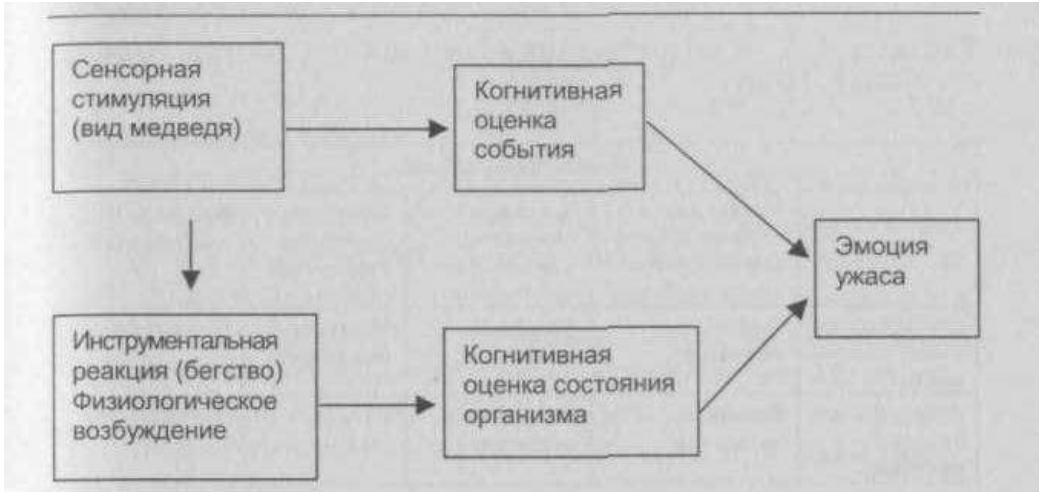


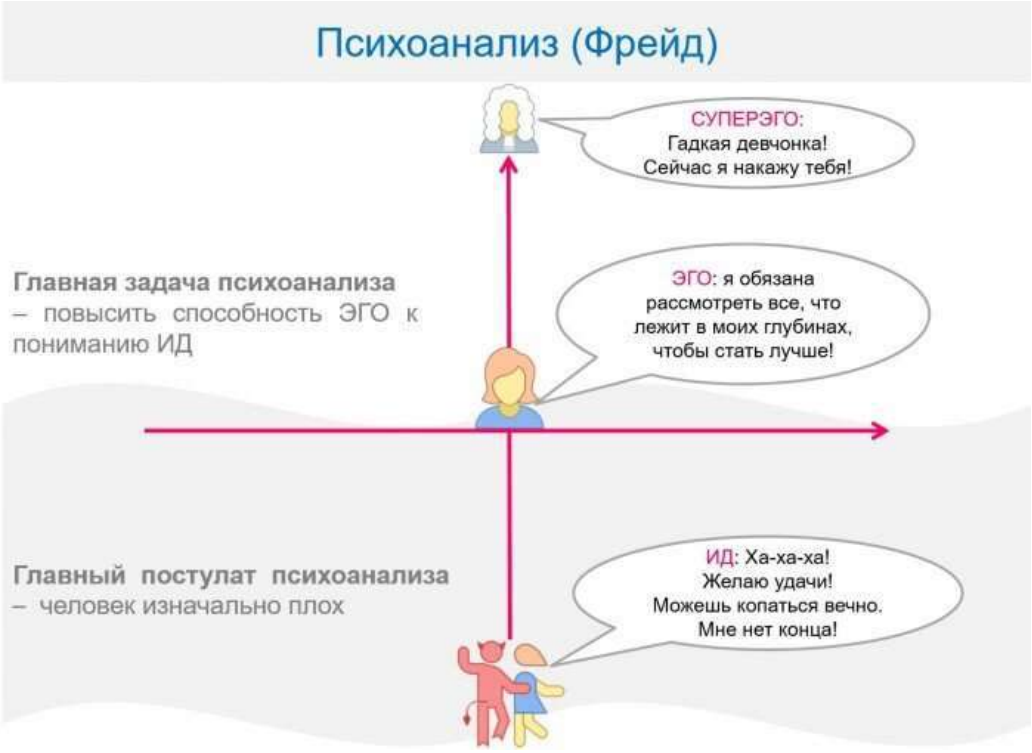
Рис.1. Континуум самодетерминации: типы мотивации, соответствующие им стили регуляции, локусы контроля и регуляторные процессы

- Двухфакторная теория эмоций (Шахтер и Зингер)



6. **Структура личности и методы её изучения: обзор MMPI**

- Структура личности (Ид, Эго, Суперэго)



- Личностные тесты: MMPI, 16PF, Большая пятёрка (Big Five)



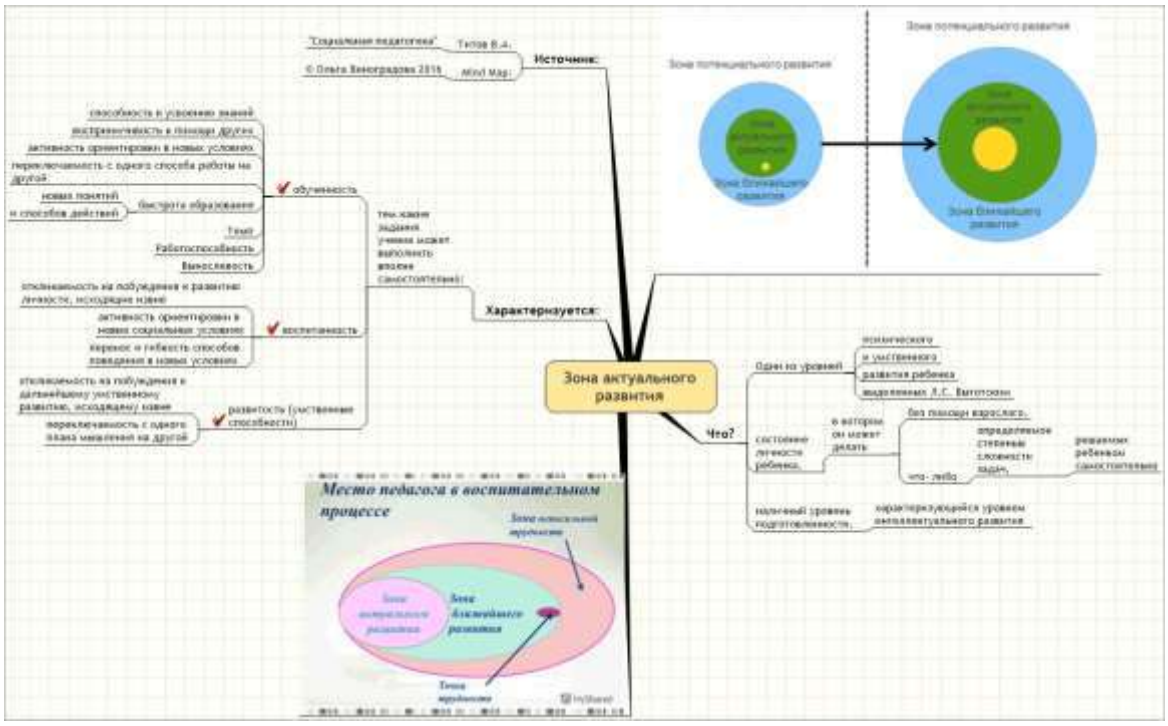
7. **Формирование самооценки и личностного развития в образовательной среде**

- Я-концепция (Роджерс)



Структура *Я*-концепции

- Влияние социальной среды на самооценку (Выготский)



8. Психологические защиты (Фрейд)



9. **Психология стресса и профессионального выгорания: механизмы и методы саморегуляции**
   - Общая адаптационная теория (Селье)



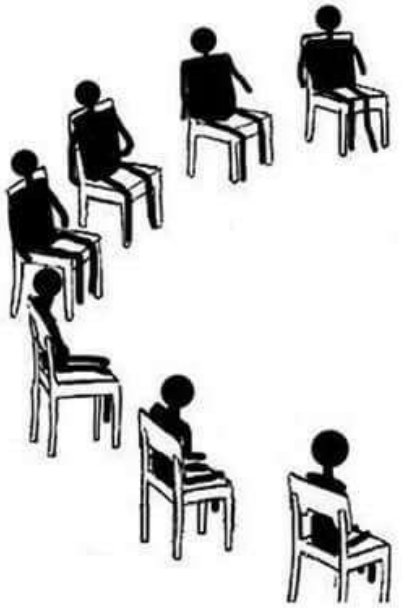
   - Модель выгорания (Кристина Маслач)

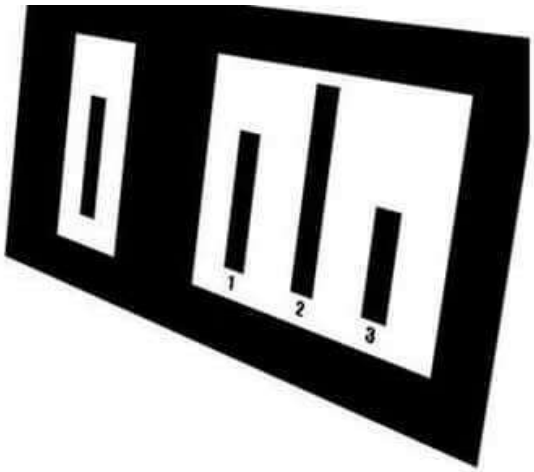


- Методы саморегуляции (осознанность, дыхательные техники)

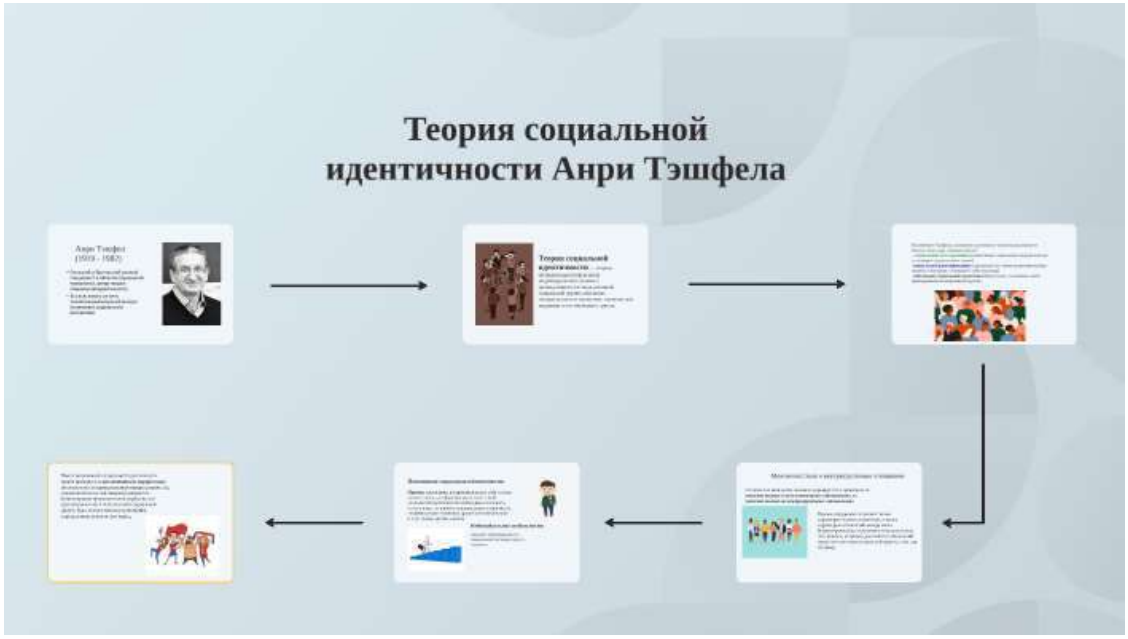


10. **Социальная психология: влияние группы на индивидуальное поведение**
    - Эксперимент Аша (конформизм)





- Теория социальной идентичности (Таджфел)



- Эффект социальной фасилитации (Зайонц)



11. **Коммуникативные процессы в образовательной среде: модели и стратегии**

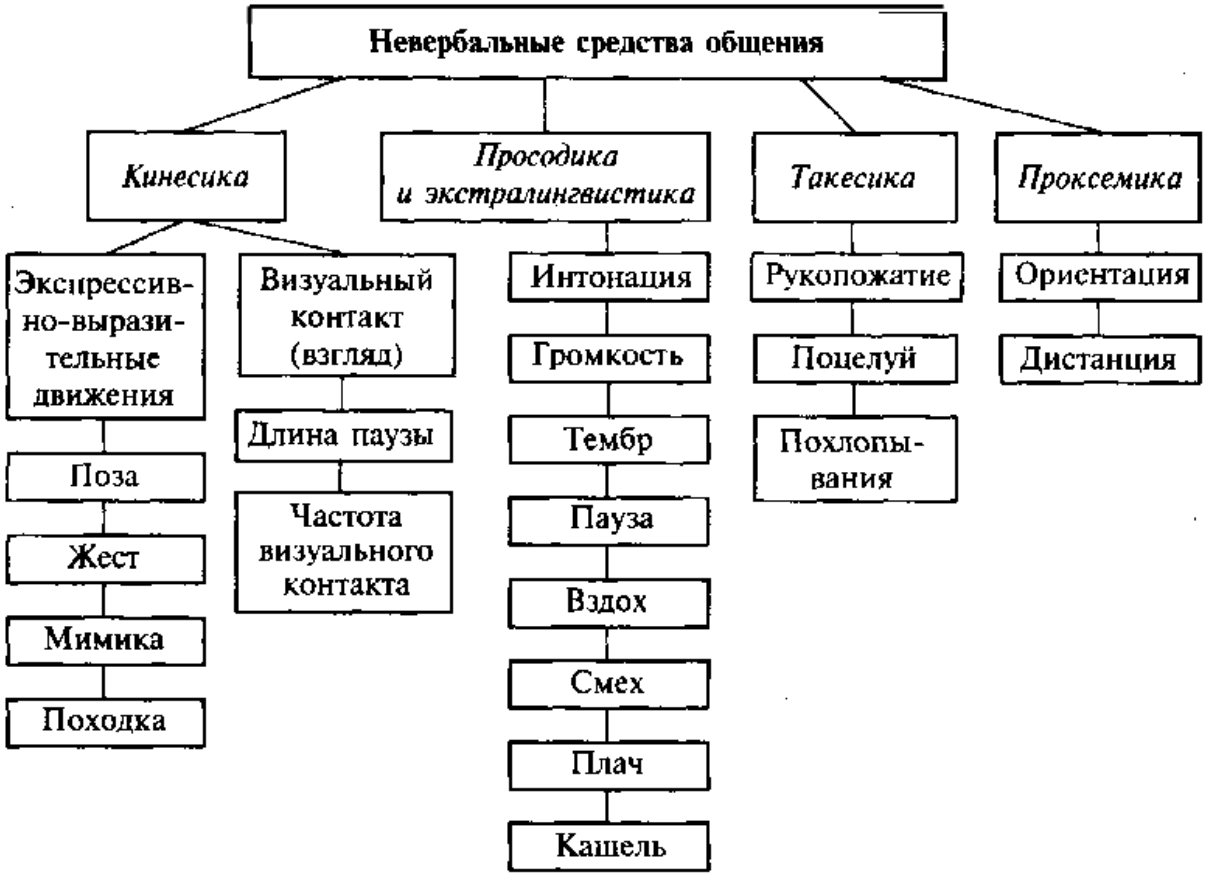
- Модель коммуникации Шеннона-Уивера

Первичное представление модели Шеннона — Уивера имеет следующий вид (рис. 4.1):



Рис. 4.1. Модель коммуникации Шеннона — Уивера (первичное графическое представление)

- Виды невербальной коммуникации (Пиз)



- Техника активного слушания (Роджерс)

Техника активного слушания

действие	цели	как это сделать	пример
Поддержка	•Проявить интерес •Помочь собеседнику продолжать говорить	•Воздерживайтесь от выражения согласия или несогласия •Используйте нейтральные слова •Используйте спокойные интонации •Используйте невербальное общение	«Вы не могли бы мне рассказать об этом чуть больше?»
Прояснение	•Яснее понять, о чем идет речь •Получить больше информации •Помочь говорящему увидеть другие точки рения	•Задавайте вопросы	«Когда это произошло?»
Выражение понимания идей	•Показать, что вы слушаете, о чем идет речь •Показать насколько верно вы понимаете основные мысли собеседника	•Выделяйте основные иден и факты •Перефразируйте собеседника	«Значит, ты хочешь, чтобы она больше тебя не подводила?»
Выражение понимания чувств	•Показать, что вы понимает, что чувствует человек •Дать человеку возможность переоценить свои чувства после того, как он услышит их от другого	•Выделяйте основные чувства собеседника •Перефразируйте собеседника	«Мне кажется, тебя это очень огорчает».
обобщение	•Собрать воедино все главные иден, факты, чувства •Создать базу для дальнейшей дискуссии	•Повторите главные иден и чувства	«По-моему, главное из того, что я услышал(а) это…»
заключение	•Продемонстрировать уважение к собеседнику	•Выразить уважение к чувствам и мыслям собеседника	«Я очень ценю твое желание решить этот вопрос»

Модуль 2

11. **Конфликтология: механизмы возникновения и способы разрешения конфликтов**

- Модель Томаса-Килманна (стратегии поведения в конфликте)



- Теория игр (Нэш)

Равновесие по Нэшу

Так в теории игр называется тип решений игры двух и более игроков, в котором ни один участник не может увеличить выигрыш, изменив свое решение в одностороннем порядке, когда другие участники не меняют решения.



		B	
		Сознаться	Молчать
A	Сознаться	-5; -5	0; -10
	Молчать	-10; 0	-1; -1

Рис. 1.2. План В «Дилемма заключенных»

Доминирующая стратегия каждого игрока — сознаться. Равновесие по Нэшу — оба игрока сознаются и садятся в тюрьму на 5 лет — неэф-фективно по Парето.

- Медиация как метод разрешения конфликтов



12. **Психология влияния и манипуляции в межличностных отношениях**

- Шесть принципов влияния (Чалдини)



- Манипулятивные техники (газлайтинг, фрейминг)



- Ловушка когнитивных искажений



13. **Психология взросления и сепарации: развитие личности в юношеском возрасте**

- Теория психосоциального развития (Эриксон)

Стадии психосоциального развития, по Э.Эриксону				
Стадия	Предмет конфликта	Результат развития	Нормальная линия развития	Аномальная линия развития
Младенчество (орально-сенсорная) 0 – 1 год	«Могу ли я доверять миру?»	Доверие / недоверие к окружающим людям	Взаимная любовь и признание, привязанность	Эмоциональное отчуждение, игнорирование ребенка
Ранний в-т (мышечно-анальная) 1 - 3 года	«Могу ли я управлять собственным поведением?»	Автономия / зависимость	Самостоятельность, уверенность в себе	Сомнение в себе, преувеличенное чувство стыда
Возраст игры (локоматорно-генетальная) 3 – 6 лет	«Могу ли я стать независимым от родителей и исследовать границы своих возможностей?»	Инициатива, уверенность в себе / чувство вины	Активность, инициативность, полоролевое поведение	Пассивность, подавленность чувство зависти
Школьный в-т (латентная) 6 – 12 лет	«Могу ли я стать настолько умелым, чтобы выжить и приспособиться к миру?»	Трудолюбие /чувство неполноценности	Трудолюбие, чувство долга, стремление к достижениям, коммуникативные умения	Неполноценность, избегание сложных задач, обреченность, чувство тщетности усилий.
Подростковый и юношеский возраст (генитальная) 13 – 18 лет	«Кто Я? Каковы мои убеждения, взгляды, позиции?	Идентичность/ смешение ролей	Жизненное самоопределение, временная перспектива. Поиск себя. Гендерная поляризация. Лидерство. Эго – идентичность.	Путаница ролей, обращенность не только в будущее, но и в прошлое. Концентрация на самопознании в ущерб отношениям с внешним миром.
Ранняя взрослость	«Могу ли я полностью отдать себя другому человеку?	Близость/ Изоляция	Интимность, душевная теплота, понимание, доверие.	Изоляция, одиночество.
Взрослость	«Что я могу предложить будущим поколениям?»	Генеративность/ стагнация	Генеративность, продуктивность, целеустремленность.	Стагнация, регрессия, обедненность жизни.
Зрелость	«Доволен ли я прожитой жизнью?»	Целостность / отчаяние	Эго-идентичность, завершенность, реализованность, полнота и целостность жизни	Незавершенность, неудовлетворенность прожитой жизнью. Отчаяние. Страх смерти.

- Кризис идентичности (Марсия)

Таблица 5–2. **Четыре статуса эго-идентичности, описанные Марсиа**

Каждый квадрат матрицы заполняется в результате изучения кризиса и процесса принятия обязательств с помощью полуструктурированного интервью, касающегося выбора профессии и идеологии.

Принято ли решение	Пережит ли кризис: ДА	Пережит ли кризис: НЕТ
ДА	Достижение идентичности	Предрешенность
НЕТ	Мораторий	Диффузия идентичности

14. **Мотивационные стратегии в обучении и профессиональной деятельности**

- Достиженческая мотивация (Аткинсон)



- Внутренняя и внешняя мотивация (Райан и Деси)

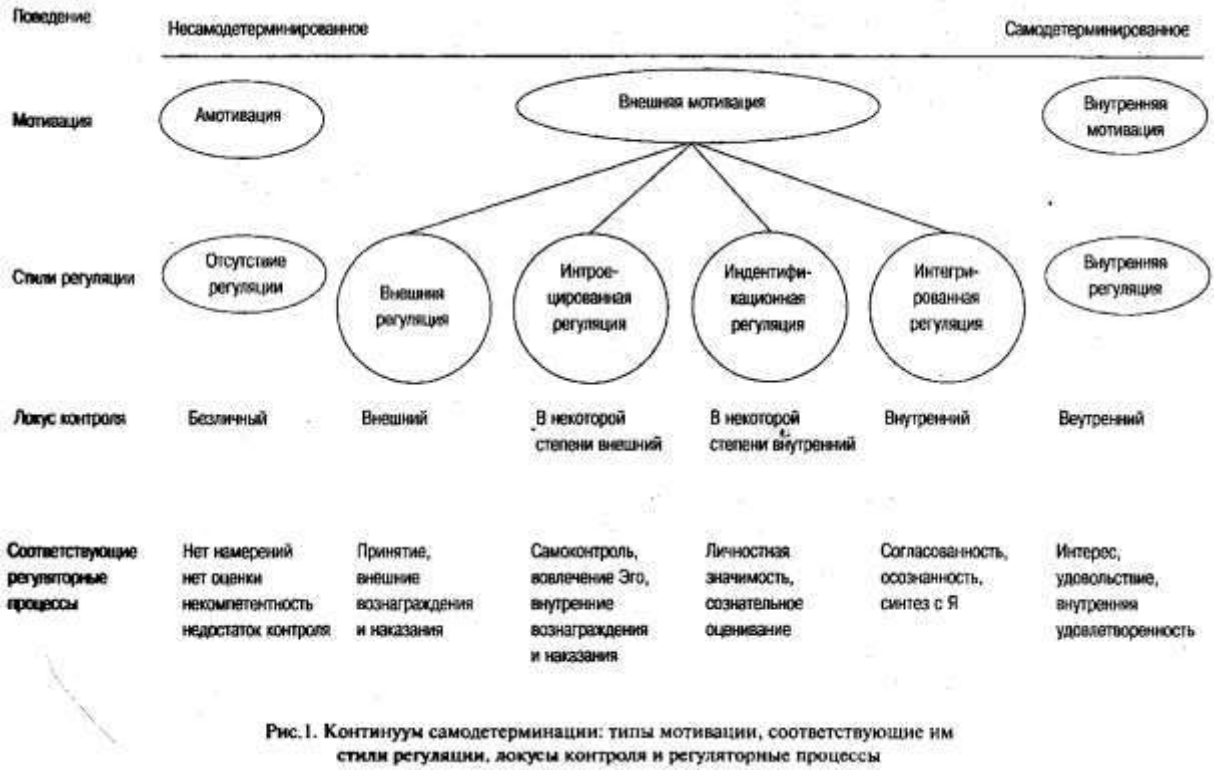


Рис. 1. Континуум самодетерминации: типы мотивации, соответствующие им стили регуляции, локусы контроля и регуляторные процессы

- Теория ожиданий (Врум)



15. **Психологические аспекты работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями**

- Модель инклюзивного образования



- Методы адаптации обучения (Выготский)



16. **Цифровая психология: влияние информационных технологий на когнитивное развитие**

- Теория клипового мышления



17. **Формирование привычек и поведенческих паттернов: психологические механизмы**

- «Петля привычки» (Дахигг)



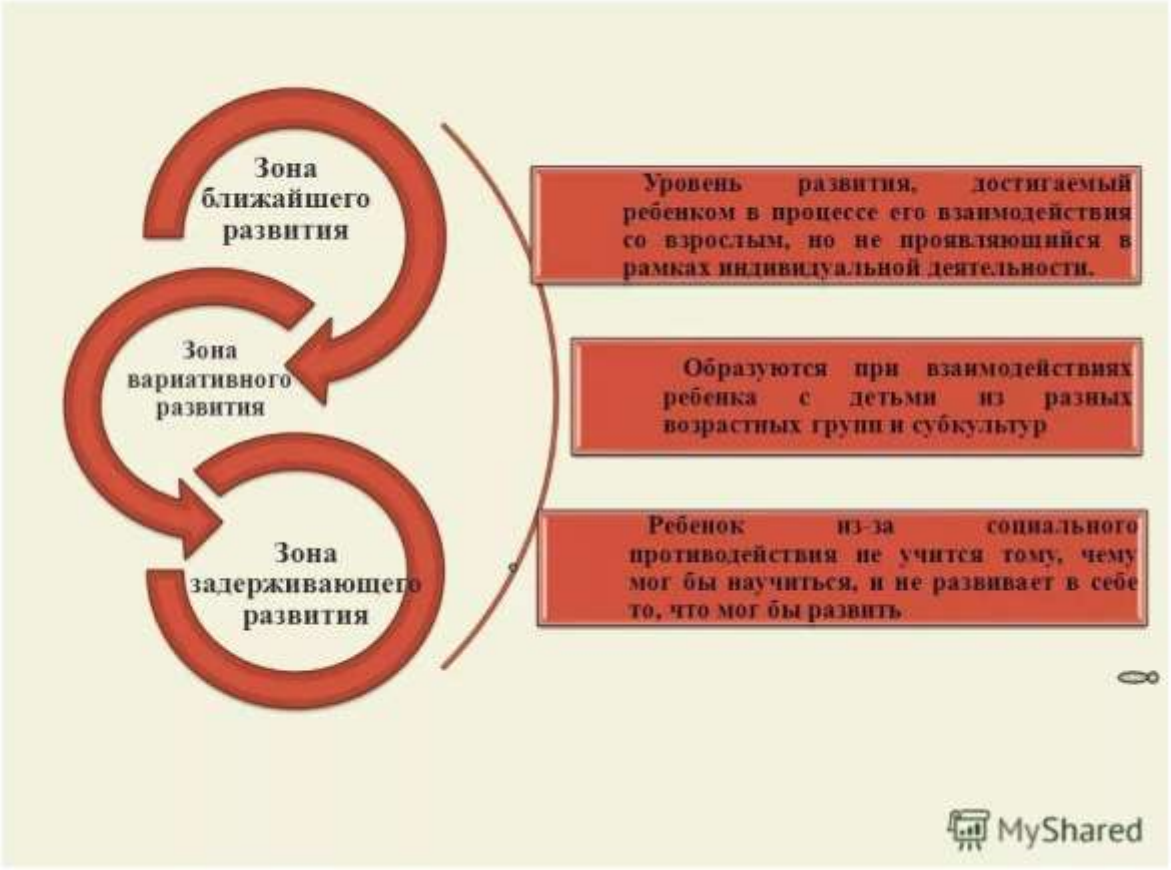
ПЕТЛЯ НОВОЙ ПРИВЫЧКИ МЭНДИ

- Оперантное обусловливание (Скиннер)



18. **Создание развивающей образовательной среды: психологические аспекты**

- Теория зоны ближайшего развития (Выготский)



- Модели образовательных сред **he 4 modes**



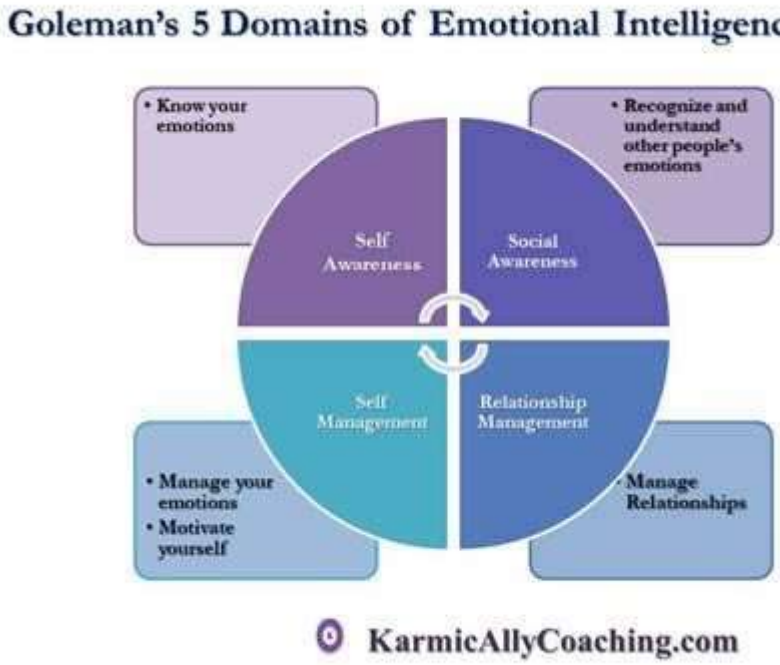






19. **Эмоциональный интеллект в профессиональной деятельности педагога**

- Модель эмоционального интеллекта (Гоулман)



- Методы саморегуляции эмоций



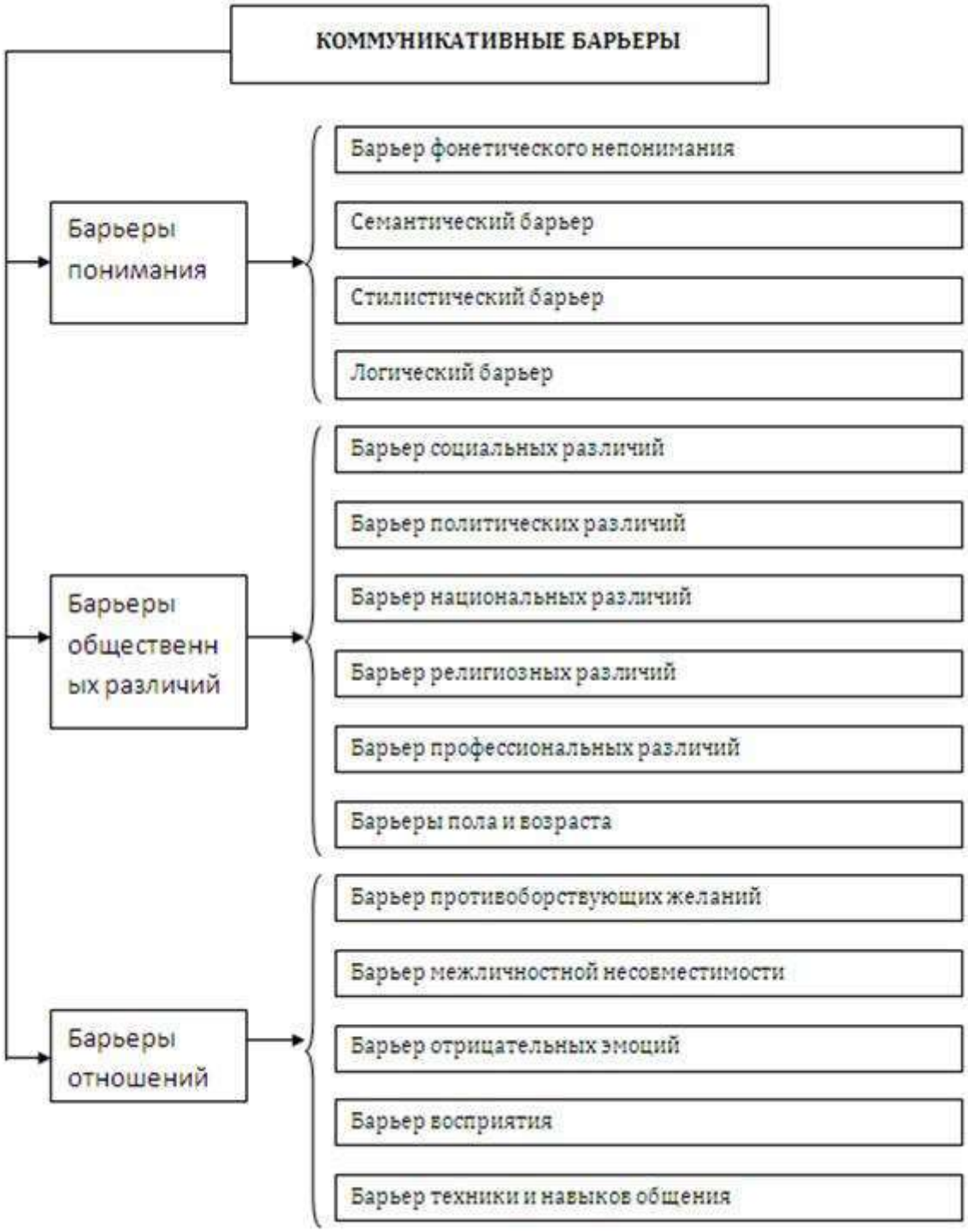
20. **Психология взаимодействия с родителями: стратегии эффективного сотрудничества**

- Типы воспитания (Баумринд)

Типы неправильного семейного воспитания

Тип воспитания	Характеристика неправильного семейного воспитания
Безнадзорность, бесконтрольность	Родители излишне заняты своими делами, дети предоставлены сами себе и часто попадают под влияние негативных факторов
Гиперопека	Ребёнок находится под бдительным и неустанным надзором, постоянно сталкивается с запретами
Воспитание по типу Золушки	Воспитание характеризуется безразличием родителей к своим детям, эмоциональной отвержённостью
«Жёсткое воспитание»	За малейшую провинность ребёнка сурово наказывают, и он растёт в постоянном страхе. Страх – источник пороков: жестокости, приспособленчества, угодничества и др.
Воспитание в условиях повышенной моральной ответственности	Ребёнку внушается мысль, что он должен оправдать честолюбивые надежды родителей, или же на него возлагаются недетские непосильные заботы. У детей появляются навязчивые страхи, тревога за благополучие своё и близких
Синдром опасного обращения с детьми	Самый недопустимый тип воспитания, связанный с физическими наказаниями детей, чаще всего мальчиков. Впоследствии они сами унижают других, становятся жестокими

- Барьеры коммуникации



Модуль 3

21. **Психологические особенности подросткового возраста**

- Возрастная психология (Эльконин)

Возрастная периодизация Д.Б. Эльконина

№ п/п	Возрастной период	Ведущая деятельность	Новообразования возраста
1.	младенчество (0-1 год)	непосредственно-эмоциональное общение	1) потребность в общении; 2) эмоциональные отношения; 3) закладывание структур речевого и предметного действия.
2.	раннее детство (1-3 года)	предметно-манипуляцтивная деятельность	1) система «Я»; 2) ходьба; 3) наглядно-действенное мышление.
3.	дошкольник (3-7 лет)	ролевая игра	1) потребность в общественно-значимой и общественно-оцениваемой деятельности; 2) соподчинение мотивов; 3) усвоение нравственных норм.
4.	младший школьник (7-11 лет)	учебная деятельность	1) произвольность; 2) внутренний план действия; 3) рефлексия; 4) самоконтроль.
5.	подросток (11-15 лет)	интимно-личностное общение	1) стремление к «взрослости»; 2) потребность в самоуважении; 3) самооценка; 4) критическое отношение к окружающим.
6.	ранняя юность (старший школьник) (15-17 лет)	учебно-профессиональная деятельность	1) мировоззрение; 2) профессиональные интересы; 3) новый уровень самосознания; 4) потребность в самовоспитании; 5) самоопределение.

- Социальная роль подростка (Блос)



22. **Лидерство и организационная психология в образовательной сфере**

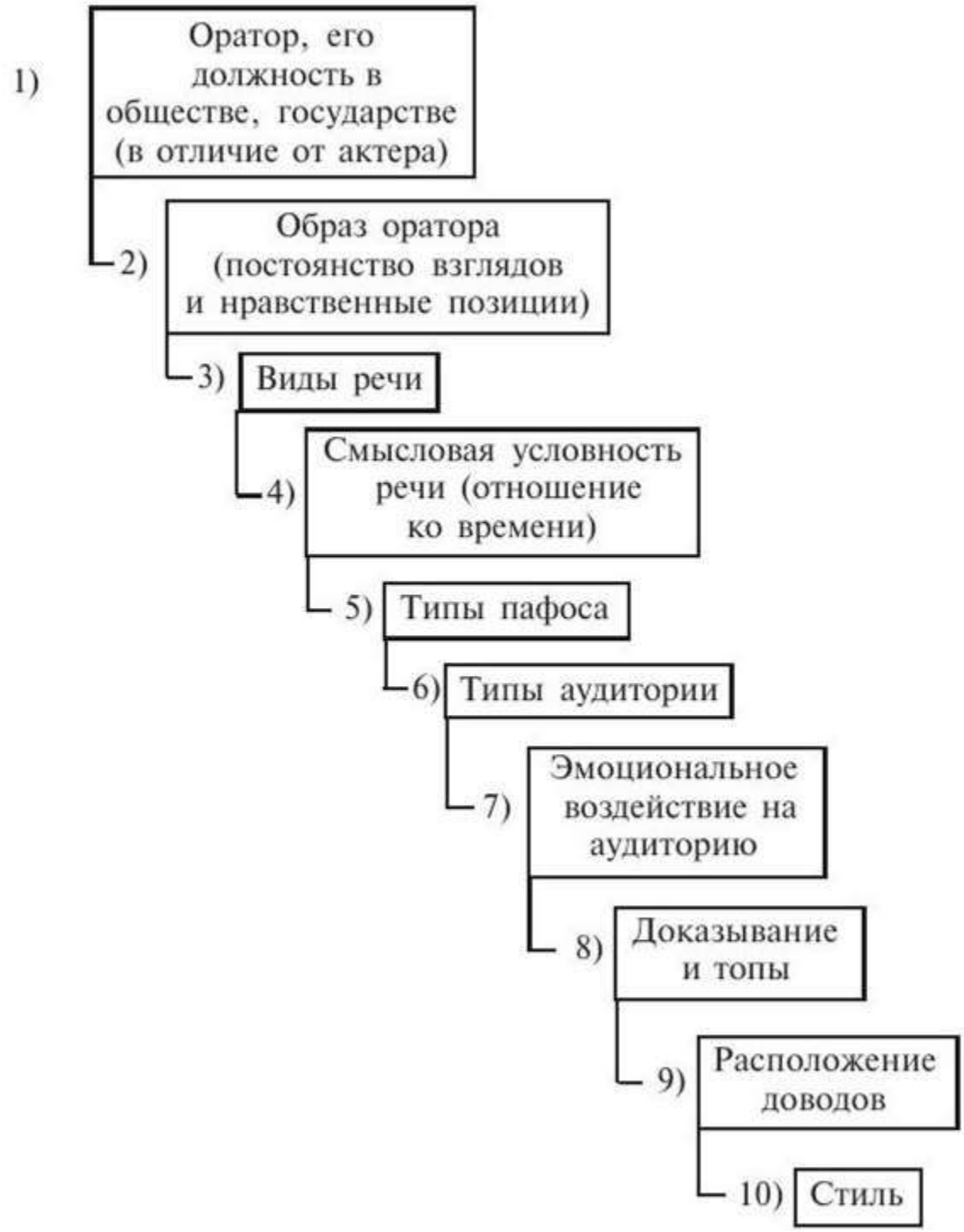
- Теории лидерства (Левин, Фидлер)



- **Авторитарный (директивный) стиль** подразумевает: жесткие силовые методы управления; четкое планирование; организацию и контроль деятельности группы; единоличное принятие решений; возложение всей власти и ответственности на лидера (руководителя). Основные особенности стиля: в группе отсутствует свободная циркуляция информации; от полноты информации зависит принимаемое решение; эффективен в критических ситуациях, требующих быстрого принятия решения.
- **Демократичный (коллегиальный) стиль** подразумевает: плюрализм мнений; коллективное принятие решений; делегирование власти и ответственности. Основные особенности стиля: свободная циркуляция информации, вследствие чего решения более точные и гибкие; процесс принятия решения замедлен, из-за чего необходимо больше ресурсов; удовлетворенность членов группы работой.
- **Либеральный (пассивный) стиль** подразумевает: добровольный отказ лидера (руководителя) от функций управления и передача их группе. Основные особенности стиля: сокращение социальной дистанции; падение интереса и развал групповой деятельности; эффективен в случае высокого личностного и профессионального развития, а также при высоком уровне мотивированности.

23. **Психология убеждения и эффективных презентационных стратегий**

- Риторика (Аристотель)



- Модель аргументации Тулмина

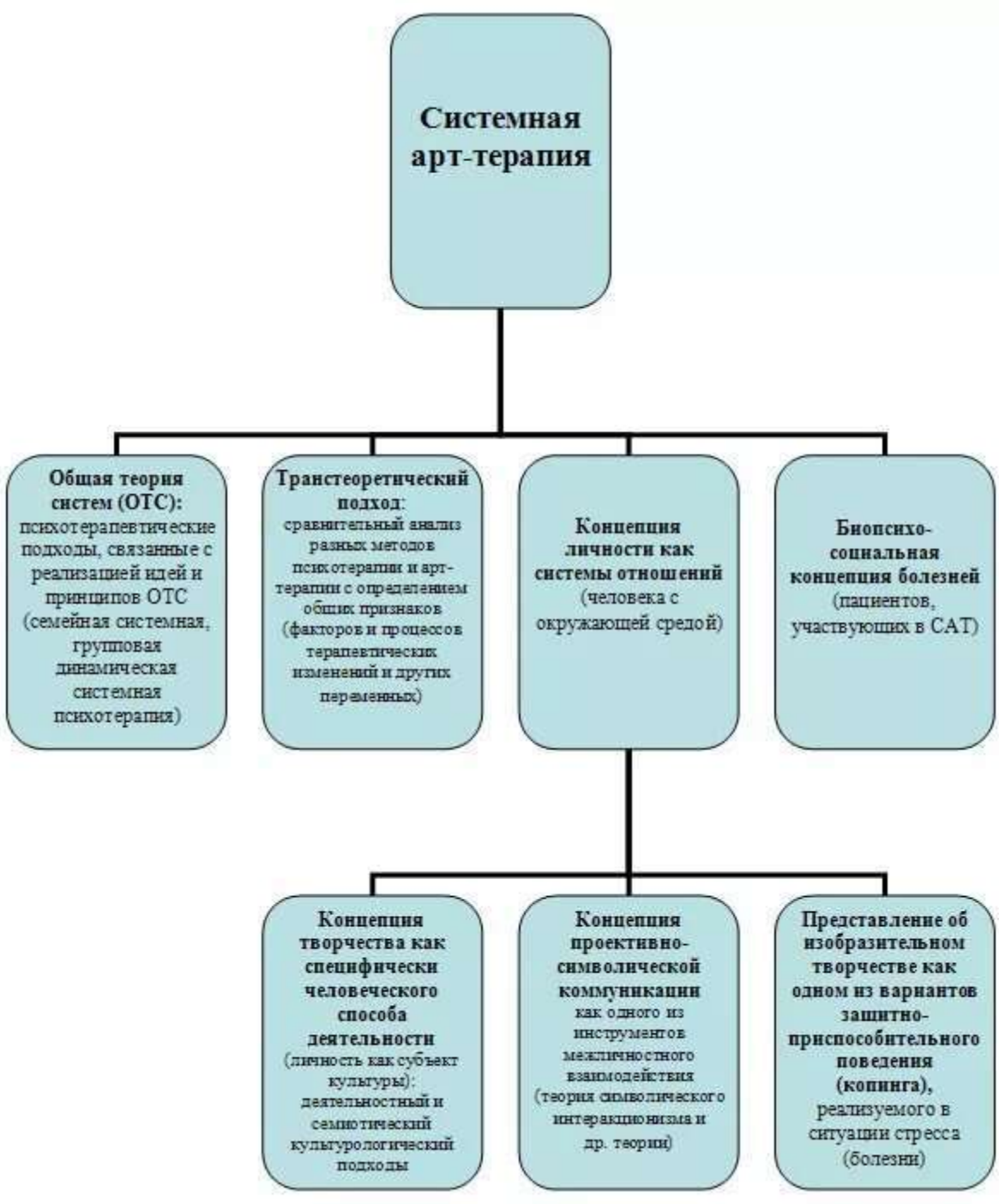


24. **Применение арт-терапевтических методик в образовательном процессе**

- Методика изотерапии (Леви)

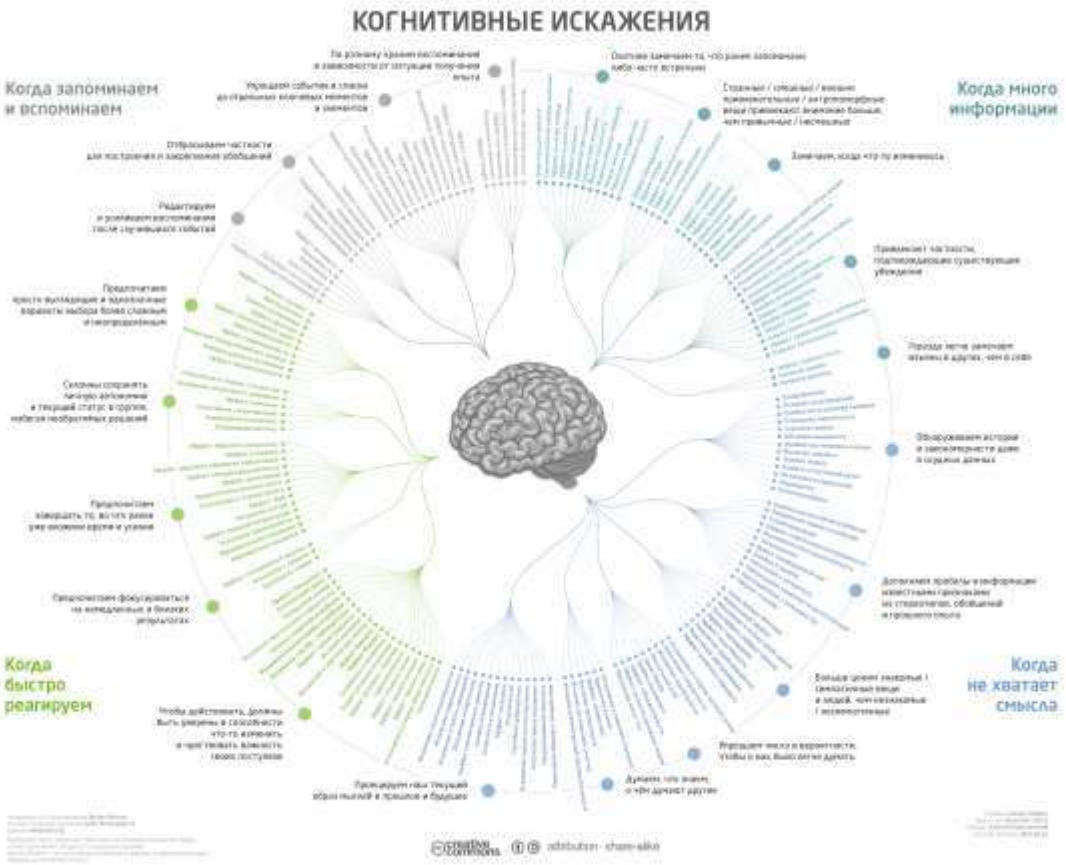


- Арт-терапия в образовании



25. **Когнитивные искажения и развитие критического мышления**

- Логические ошибки и когнитивные искажения (Канеман, Тверски)



26. **Психологические аспекты цифровой зависимости и информационной перегрузки**
27. Феномен FOMO (страх упустить что-то важное)



Психология саморегуляции и профилактика эмоционального истощения

- Стратегии саморегуляции (Лазарус, Фолкман)

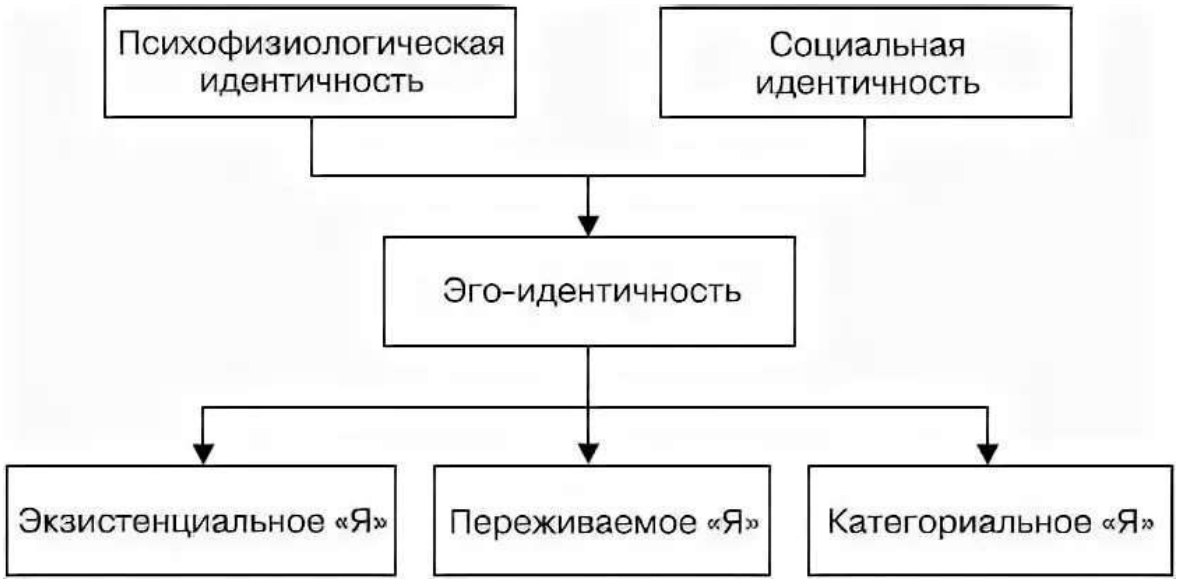
СПОСОБЫ КОПИНГА: КЛАССИФИКАЦИЯ Р.ЛАЗАРУСА И С.ФОЛКМАН

ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ КОПИНГ	ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ КОПИНГ	
ВЛИЯНИЕ НА СИТУАЦИЮ	ВЛИЯНИЕ НА СВОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ	УХОД ОТ СИТУАЦИИ И СНИЖЕНИЕ ЕЕ ЗНАЧИМОСТИ
Планомерное решение проблемы	Позитивная переоценка	Отвлечение, переключение внимания на другие дела
Противостояние ситуации	Самоконтроль (контроль эмоций)	Дистанцирование
Влияние на ситуацию с помощью социального окружения	Эмоциональная поддержка от других людей	
	Фантазирование	
	Самообвинение	

Источник: Составлено автором на основе Folkman S. Ways of coping – University of California, San Francisco

28. **Будущее психологии: трансформация личности в цифровую эпоху**

- Гибридная идентичность



29. **Обобщение и интеграция психологических знаний в профессиональную деятельность**

- Методы интеграции знаний в практике



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ПЕДАГОГИКА
НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01. «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

НАПРАВЛЕННОСТЬ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.
- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.
- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.
- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.
- Лекция-беседа – непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией, диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.
- Лекция-дискуссия – свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи – особый тип лекционного занятия, при котором в начале и конце каждого раздела лекции преподавателем задаются вопросы. Вопрос в начале раздела задается для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.
- Проблемная лекция – опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.
- Программированная лекция-консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов.

В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить для проведения лекции презентацию, которую можно органично интегрировать во все вышеупомянутые типы лекций в качестве формы визуальной поддержки.

В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов – это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
Раздел 1. Истоки становления педагогики как науки и его назначение.	
Тема 1.1. Истоки зарождения педагогики.	Причины возникновения термина и направления «педагогика», представленного немецким педагогом К. Магером; индивидуальная педагогика и социальная педагогика их обусловленность; вклад Ф.А. Дистервега в зарождении идей социальной педагогики; социологический подход в зарождении педагогики как науки (П.Г. Наторп), культурологического подхода (П. Бергеманн), средовый подход (С.Т. Шацкиц).
Тема 1.2. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход).	П.А. Соколов об основных подходах в становлении социальной педагогики и их характерисчтика; сущность и содержание личностно-социального подхода в

	формировании основ социальной педагогики (П.А. Соколов); истоки формирования личностно-социального подхода в социальной педагогике и его авторы; развитие идей социальной педагогики, исходя из потребностей социального фактора развития личности; социоличностный подход в развитии социального направления в педагогике (П.А. Соколов); П.П. Блонский о социальном направлении в педагогике и его сущность; объективные факторы среды жизнедеятельности человека, определившие развитие социопедагогики; социологические истоки социальной педагогики и их сущность; факторы непосредственной среды жизнедеятельности человека, существенно влияющие на него, и их влияние на формирование педагогики среды; особенности становления социальной педагогики в конце XIX – начале XX веков; взаимосвязь и взаимодополнение
Раздел 2. Научно-теоретические основы педагогики как науки	
Тема 2.1. Педагогика, ее предмет и задачи.	Сущность социальной педагогики как специфического знания; место социальной педагогики в системе наук о человеке и человеческой деятельности; междисциплинарный характер социальной педагогики, ее связь с общей педагогикой, социальной и общей психологией, социальной работой, социологией и другими дисциплинами; структура социальной педагогики; основные функции социальной педагогики; объект и предмет социальной педагогики; основные категории социальной педагогики; основные задачи социальной педагогики и их общая характеристика; социальная педагогика как теория, практика и образовательный комплекс.
Тема 2.2. Основные разделы, определяющие развитие теории педагогики	Педагогика становления и развитие личности; социальные отклонения, причины и особенности предупреждения и преодоления; социальное воспитание, его сущность и содержание; педагогика среды, включающая социопедагогику и педагогику непосредственной среды жизнедеятельности; социальное самосовершенствование.
Раздел 3. Педагогика становления и развития личности, социализация человека	
Тема 3.1. Социальное развития, социализации человека, сущность, содержание	Социальное становление личности, его сущность и содержание. Социализация человека, как социально-педагогическое

	явление. Факторы, существенно влияющие на социализацию воспитанника, движущие силы его социализации. Социальность и социализированность человека, сущность и характеристика.
Тема 3.2. Движущие силы социализации и факторы, существенно влияющие на нее, диктующие необходимость ее стимулирования.	Проявление социализированности человека в социокультурной среде и их оценка. Адаптивные возможности человека и их влияние на его социализацию. Необходимость и возможности направленного стимулирования социализации воспитанника (обучающегося).
Раздел 4. Педагогический процесс как методологическая основа становления личности	
Тема 4.1 Социально-педагогический процесс и пути его совершенствования.	Понятие и сущность «педагогический процесс»; П.Ф. Каптерев о сущности и содержании педагогического процесса; сущность и структуру внутреннего и внешнего социально-педагогического процесса; взаимосвязь внутреннего и внешнего социально-педагогических процессов; субъект и объект социальнопедагогического процесса; основные пути совершенствования социально-педагогического процесса.
Тема 4.2. Педагогический процесс становления и самоизменения личности воспитанника	Педагогический процесс становления (самоизменения) личности воспитанника, его сущность и содержание; внутренний и внешний педагогический процесс становления (самоизменения) личности воспитанника и их характеристика; синергетический подход в социальной педагогике и его характеристика; педагогический процесс становления (самоизменения) личности воспитанника с позиции воспитателя; внутренний и внешний педагогический процесс становления (самоизменения) личности воспитанника с позиции воспитателя; понимание личностно-деятельностного подхода в социальной педагогике; педагогический процесс становления (самоизменения) личности с позиции самовоспитания.
Раздел 5. Основы воспитания человека и ее результативность	
Тема 5.1. Воспитание и его научные основы	Воспитание, его сущность и содержание; воспитание, как наука и его сущность; воспитание, как искусство и его понимание; виды воспитания и их характеристика; воспитанность, как результат воспитания человека и ее проявление; неформальное воспитание;

	формальное воспитание; внеформальное воспитание; целенаправленное воспитание; со-бытийное воспитание; самовоспитание.
Тема 5.2. Воспитание как основа педагогической деятельности	Воспитание как часть социализирующего образования может быть определено как специально организованный процесс предъявления социально одобряемых ценностей, нормативных качеств личности и образцов поведения, т.е. процесс приобщения человека к общему и к должному.
Раздел 6. Социальное воспитание человека и его виды	
Тема 6.1. Феномен социального воспитания в социальной педагогике	Сущность и содержание социального воспитания. Социальное воспитание с позиции государства (общества). Социально-педагогический феномен в профессиональном становлении будущего педагога представляет собой последовательное его социальное развитие, предусматривающее формирование профессиональных качеств его личности
Тема 6.2. Виды социального воспитания и их характеристика	Виды воспитания (умственное, нравственное, трудовое, физическое воспитание). Виды воспитания классифицируются по разным основаниям. Наиболее обобщенная классификация. Социальное воспитание с позиции социальных институтов и самой личности как его субъектов.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические занятия – одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических занятий:

–Деловая игра – это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры – на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и

обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) – в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) – в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки – научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

–Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

–Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т. д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

–Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

–Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

–Тренинг (англ. training, от train – обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

–Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

–Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

–Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия – это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

–Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата – сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

–Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников – 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

–Круглый стол – общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

–Коллоквиум – (лат. colloquium – разговор, беседа) – одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

–Метод «мозговой штурм» («мозговая атака», англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

–Метод проектов – это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

–Брифинг (англ. briefing от англ. brief – «короткий», «недолгий») – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

–Метод портфолио (от англ. portfolio – «портфель», «папка») – современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим (семинарским) занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Назначение педагогики в жизнедеятельности общества.
2. Источники изучения истории педагогики.
3. Биологические теории происхождения воспитания и их характеристика.
4. Социальные теории происхождения воспитания и их характеристика.
5. Воспитание в человеческом социуме.
6. Научение в животном мире.
7. Этапы становления педагогики как науки и их характеристика.
8. Педагогика как наука.
9. Объект и предмет педагогики.
10. Объект и субъект педагогической деятельности.
11. Функции педагогики и их характеристика.
12. Образование как общественное явление.
13. Образование как социокультурный феномен.
14. Направленность современной системы образования в РФ.
15. Специфика профессиональной подготовки педагогов-музыкантов в современной РФ.
16. Роль педагогической науки в современной РФ.
17. Связь педагогики с другими науками.
18. Взаимосвязь и специфика отраслей педагогики.
19. Андрагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
20. Военная педагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
21. Коррекционная педагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
22. Музыкальная педагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
23. Социальная педагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
24. Спортивная педагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.
25. Этнопедагогика как отрасль педагогики: сущность и специфика.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Место и роль педагогики в системе наук о человеке и человеческой деятельности, ее основные функции.
2. Сущность педагогической деятельности. Происхождение педагогической деятельности.
3. Непрофессиональная педагогическая деятельность. 3.Педагогическая деятельность как профессия.
4. Ценностные характеристики педагогической деятельности.
5. Диагностика исходного уровня знаний о профессии педагога.
6. Сущность педагогического общения.
7. Функции и средства общения.
8. Стили общения и стили педагогического руководства. 9.Общение: наука и искусство.
9. Общая культура – условие профессионализма педагога.
10. Научная эрудиция, ценностные ориентации как компоненты педагогической культуры.
11. Этика и эстетика педагогического труда.
12. Педагогическое творчество и мастерство.
13. Научно-технический прогресс, вечные ценности жизни и воспитания человека.
14. Стабильность и динамичность школы как образовательной системы.
15. Профессионализм и саморазвитие личности педагога.
16. Карьера педагога.
17. Общее представление о педагогике как науке: основные понятия.
18. Исторические этапы развития педагогики.
19. Зарождение и развитие педагогики как самостоятельной научной дисциплины.
20. Педагогика как наука: объект, предмет, функции, задачи, категории и др.
21. Основные педагогические категории (воспитание, образование, обучение, самовоспитание, самообразование, формирование, развитие, педагогический процесс, социализация) и их взаимосвязь.
22. Структура педагогической науки.
23. Связь педагогики с другими науками и практикой
24. Методы педагогики.
25. Педагогические принципы.
26. Процесс обучения, его сущность и содержание
27. Понятие о методологии педагогики. Уровни методологического знания и их краткая характеристика.
28. Педагогика социального становления личности как раздел социальной педагогики.
29. Педагогика социальных отклонений в формировании личности как раздел социальной педагогики.
30. Социальное самосовершенствование личности как раздел социальной педагогики.
31. Социальное воспитание как раздел педагогики.
32. Социопедагогика как раздел социальной педагогики.
33. Педагогика среды как раздел педагогики.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3.

Перечень тем рефератов к Разделу 3:

Раздел 3. Педагогика становления и развития личности, социализация человека.

Тема 3.1. **Социальное развития, социализации человека, сущность, содержание**

Вопросы для самоподготовки:

1. Социальное развитие, социализация личности, сущность и содержание.
2. Предрасположенность человека к социализации и ее характеристика.
3. Социализированность личности, ее сущность, содержание, особенности ее проявления.

Тема 3.2. **Движущие силы социализации и факторы, существенно влияющие на нее, диктующие необходимость ее стимулирования**.

Вопросы для самоподготовки:

1. Источники и движущие силы социализации человека, их характеристика.
2. Факторы, существенно влияющие на социализацию воспитанника.
3. Необходимость и особенности стимулирования социализации воспитанника (обучающегося), в томчисле с особыми адаптивными возможностями.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4.

Раздел 4. Педагогический процесс как методологическая основа становления личности

Тема 4.1. Социально-педагогический процесс и пути его совершенствования.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие, сущность и содержание социально-педагогического процесса.
2. Общая характеристика основных компонентов социально-педагогического процесса.
3. Пути совершенствования социально-педагогического процесса.

Тема 4.2. Педагогический процесс становления и самоизменения личности воспитанника.

Вопросы для самоподготовки:

1. Педагогический процесс – методологическая основа исследования существа становления и самоизменения личности воспитанника.
2. Основные пути совершенствования педагогического процесса исследования существа становления и самоизменения личности воспитанника.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5.

Раздел 5. Основы воспитания человека и ее результативность

Тема 5.1. Воспитание и его научные основы

Вопросы для самоподготовки:

1. Воспитание, его сущность и содержание.
2. Воспитание, как наука и его сущность;
3. Воспитание, как искусство и его понимание.

4. Воспитанность как результат воспитания.

Тема 5.2. Воспитание как основа педагогической деятельности

Вопросы для самоподготовки:

1. Неформальное, внеформальное и формальное воспитание.
2. Целенаправленное воспитание и совоспитание.
3. Самовоспитание, его место и роль в самореализации человека.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5.

Раздел 6. Социальное воспитание человека и его виды

Тема 6.1. Феномен социального воспитания в социальной педагогике

Вопросы для самоподготовки:

1. Сущность социального воспитания.
2. Место и роль социального воспитания в формировании базовой культуры личности.
3. Социальное воспитание как категория социальной педагогики.

Тема 6.2. Виды социального воспитания и их характеристика

Вопросы для самоподготовки:

1. Классификация основных видов социального воспитания.
2. Социальное воспитание с позиции государства (общества).
3. Социальное воспитание с позиции социальных институтов и самой личности как егосубъектов.

2. 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекционных, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к лекционному занятию заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

− знакомит с новым учебным материалом;

− разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;

− систематизирует учебный материал;

− ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

− внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;

− ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к практическому занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения практического занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже

рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Критерии оценки выполнения кейс-задания

- умение провести разбор ситуации;
- уровень аргументации, способность отстаивать свою точку зрения;
- способность принимать управленческие решения;
- качество оформления отчета.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.

2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;

- тема презентации;

- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;

- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;

- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.

2. Правильность оформления титульного слайда.

3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.

4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.

5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;
- знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- свободное владение терминологией;
- ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;
- ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;
- единичные ошибки в терминологии;
- ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

- ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;
- логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;
- ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;
- студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;
- студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

- ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;
- присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;
- незнание терминологии;
- ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

***Критерии оценки лабораторного задания*:**

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет,

систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лекционных занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Дисциплина (модуль). «Педагогика»

2. **Раздел 1. Истоки становления педагогики как науки и его назначение.**
Тема 1.1. Истоки зарождения педагогики.
Тема 1.2. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход).

3. Цели занятия. сформировать понимание об истоках становления педагогики как науки, истоках возникновения термина и направления развития «педагогики».

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Причины возникновения термина и направления «педагогика», представленного немецким педагогом К. Магером; индивидуальная педагогика и социальная педагогика их обусловленность; вклад Ф.А. Дистервега в зарождении идей социальной педагогики; социологический подход в зарождении педагогики как науки (П.Г. Наторп), культурологического подхода (П. Бергеманн), средовый подход (С.Т. Шацкиц).	кейс-задания
2.	П.А. Соколов об основных подходах в становлении социальной педагогики и их характерисчтика; сущность и содержание личностно-социального подхода в формировании основ социальной педагогики (П.А. Соколов); истоки формирования личностно-социального подхода в социальной педагогике и его авторы; развитие идей социальной педагогики, исходя из потребностей социального фактора развития личности; социоличностный подход в развитии социального направления в педагогике (П.А. Соколов); П.П. Блонский о	кейс-задания

	социальном направлении в педагогике и его сущность; объективные факторы среды жизнедеятельности человека, определившие развитие социопедагогики; социологические истоки социальной педагогики и их сущность; факторы непосредственной среды жизнедеятельности человека, существенно влияющие на него, и их влияние на формирование педагогики среды; особенности становления социальной педагогики в конце XIX – начале XX веков; взаимосвязь и взаимодополнение различных подходов в понимании существа истоков социальной педагогики.	

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Тема 1.1. Истоки зарождения педагогики.

Причины возникновения термина и направления «педагогика», представленного немецким педагогом К. Магером; индивидуальная педагогика и социальная педагогика их обусловленность; вклад Ф.А. Дистервега в зарождении идей социальной педагогики; социологический подход в зарождении педагогики как науки (П.Г. Наторп), культурологического подхода (П. Бергеманн), средовый подход (С.Т. Шацкиц).

Тема 1.2. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход).

П.А. Соколов об основных подходах в становлении социальной педагогики и их характерисчтика; сущность и содержание личностно-социального подхода в формировании основ социальной педагогики (П.А. Соколов); истоки формирования личностно-социального подхода в социальной педагогике и его авторы; развитие идей социальной педагогики, исходя из потребностей социального фактора развития личности; социоличностный подход в развитии социального направления в педагогике (П.А. Соколов); П.П. Блонский о социальном направлении в педагогике и его сущность; объективные факторы среды жизнедеятельности человека, определившие развитие социопедагогики; социологические истоки социальной педагогики и их сущность; факторы непосредственной среды жизнедеятельности человека, существенно влияющие на него, и их влияние на формирование педагогики среды; особенности становления социальной педагогики в конце XIX – начале XX веков; взаимосвязь и взаимодополнение различных подходов в понимании существа истоков социальной педагогики.

Приложение № 2 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты практических занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Дисциплина (модуль). «Педагогика»

2. **Раздел 1. Истоки становления педагогики как науки и его назначение.**
Тема 1.1. Истоки зарождения педагогики.
Тема 1.2. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход).

3. Цели занятия. сформировать понимание об истоках становления педагогики как науки, истоках возникновения термина и направления развития «педагогики».

4. Структура практического занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Причины возникновения термина и направления «педагогика», представленного немецким педагогом К. Магером; индивидуальная педагогика и социальная педагогика их обусловленность; вклад Ф.А. Дистервега в зарождении идей социальной педагогики; социологический подход в зарождении педагогики как науки (П.Г. Наторп), культурологического подхода (П. Бергеманн), средовый подход (С.Т. Шацкиц).	кейс-задания
2.	П.А. Соколов об основных подходах в становлении социальной педагогики и их характерисчтика; сущность и содержание личностно-социального подхода в формировании основ социальной педагогики (П.А. Соколов); истоки формирования личностно-социального подхода в социальной педагогике и его авторы; развитие идей социальной педагогики, исходя из потребностей социального фактора развития личности; социоличностный подход в развитии социального направления в педагогике (П.А. Соколов); П.П. Блонский о социальном направлении в педагогике и его сущность; объективные факторы среды	кейс-задания

	жизнедеятельности человека, определившие развитие социопедагогики; социологические истоки социальной педагогики и их сущность; факторы непосредственной среды жизнедеятельности человека, существенно влияющие на него, и их влияние на формирование педагогики среды; особенности становления социальной педагогики в конце XIX – начале XX веков; взаимосвязь и взаимодополнение различных подходов в понимании существа истоков социальной педагогики.	

5. Содержание практического занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Раздел 1. Истоки становления педагогики как науки и его назначение.

Тема практического занятия:

Тема 1.1. Истоки зарождения педагогики.

Форма практического задания: дискуссия

Темы для дискуссии:

1. Возникновение термина, направления «социальная педагогика» и его причины.
2. Первые подходы к пониманию существа социальной педагогики: социологический (П.Г. Наторп) и культурологический (П. Бергеманн).

Тема практического занятия:

Тема 1.2. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход).

Форма практического задания: дискуссия

Темы для дискуссии:

1. Развитие идей в педагогике, исходя из потребностей социального фактора развития личности (личностно-социальный подход)
2. Востребованность общества в воспитании подрастающего поколения (социоличностный подход).
3. Формирование и развитие социологии как научного знания и практики (средовый подход)
4. Становление социальной педагогики в России в конце XX – начале XXI веков
5. Этапы становления института социальной педагогики в России в конце XX – начале XXI веков.
6. Современное состояние института социальной педагогики в России и перспективы его развития.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С ОВЗ И ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать

примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует

условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной

литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.
2. Оглавление.
3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).
4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).
5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.

2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;

- тема презентации;

- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;

- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;

- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;

2. Изучить правила и условия выполнения задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;

- содержание (оглавление);

- введение;

– основную часть, состоящую из двух или трех глав;

– заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

– список использованных источников;

– приложения (при необходимости);

– справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

– страница с титульным листом;

– страница с «Содержанием»;

– страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;

– приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: Особенности психического развития детей с сенсорными нарушениями

Цели занятия: рассмотреть особенности психического развития детей с сенсорными нарушениями.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Классификация нарушений зрительной функции. Слепые, слабовидящие, слепорожденные, рано- и позднооослепшие. Проявление психических процессов, свойств и состояний у лиц с дефектами зрения. Психическое развитие ребенка с нарушенным зрением: общие и специфические особенности и закономерности развития.

Роль слуха в развитии психики человека (сигнальная, информационная, коммуникативная, функция активации и др.). Классификации нарушений слуха (медицинская, педагогическая, психологическая). Механизмы и виды компенсации нарушений. Структура нарушений при недостатках слуха: первичные, вторичные, третичные нарушения, их взаимовлияние и компенсация. Влияние слуховой депривации на познавательное, эмоционально-волевое и личностное развитие.

Тема 1.2. лекционного занятия: Обучение и воспитание детей с сенсорными нарушениями.

Цели занятия: рассмотреть особенности обучения, воспитания и развития детей с сенсорными нарушениями.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Предмет и задачи сурдопедагогики как науки. Основные направления развития сурдопедагогики на современном этапе. Основные этапы развития зарубежной и отечественной сурдопедагогики. Современная система воспитания и образования лиц с нарушениями слуха. Современные теории, тенденции и системы обучения детей с нарушениями слуха. Современное состояние развития коммуникативно-деятельностной системы. Билингвистический подход в обучении глухих детей. Социокультурная концепция трактовки слухового дефекта и ее влияния на формирование новых подходов в обучении глухих людей. Построение суждений, отражающих собственную позицию в оценке идей билингвизма. Метод «материнской школы». Ведущие условия воспитания и обучения детей с нарушенным слухом метода «материнской школы». Кохлеарная имплантация как способ реабилитации глухих людей. Кохлеарная имплантация - современный комплексный метод реабилитации людей с нарушениями слуха. Система образования лиц с нарушениями слуха. Специфика обучения данных категорий детей. Направления работы с детьми, имеющими нарушения слуха. Аспекты и задачи социально-педагогической деятельности с детьми, имеющими нарушения слуха. Физическое воспитание детей с нарушениями слуха. Развитие движений. Формирование ориентировки в пространстве и мобильности. Задачи обучения детей ориентированию в соответствии с их возможностями и возрастом. Подготовительная работа по формированию предпосылок навыков ориентирования у детей младшего дошкольного возраста с учетом стадий компенсации нарушенного слуха. Роль органов чувств и двигательной сферы в процессе ориентировки. Значение формирования представлений об окружающем. Формирование пространственного мышления. Игровая деятельность в процессе ориентирования. Связь занятий по ориентировке с другими видами детской деятельности. Социально-бытовая ориентировка. Значение слухового восприятия.

Классификация детей с нарушениями слуха. Методы исследования слуховой функции. Система и этапы работы по развитию слухового восприятия. Выработка условно-двигательной реакции на слух. Обучение различению на слух речевых и неречевых сигналов. Обучение восприятию на слух речевого материала в разных возрастных группах. Планирование работы по развитию слухового восприятия. Использование звукоусиливающей аппаратуры. Механизмы формирования устной речи у детей с нарушениями слуха. Методы обучения устной речи. Сокращенная система фонем. Содержание, этапы работы по обучению произношению. Приемы работы над словом и фразой. Система закрепления правильного произношения гласных и согласных звуков в самостоятельной речи детей; формирование навыков самоконтроля. Обучение слухо-зрительному восприятию речи. Формы организации и планирование работы по обучению произношению. Фонетическая ритмика – система сочетания двигательных упражнений с произнесением определенного материала. Направления фонетической ритмики: работа над звуком, ритмом, темпом, речевым дыханием, слитностью, голосом, интонацией. Особенности использования фонетической ритмики на разных этапах формирования произношения. Развитие глухих и слабослышащих детей в разных видах деятельности. Содержание трудового обучения и задачи трудового воспитания детей с нарушениями слуха. Особенности формирования трудовых навыков у детей с нарушениями слуха. Коррекционные возможности трудового воспитания. Формирование гигиенических навыков и самообслуживания. Обучение хозяйственно-бытовому труду детей с нарушениями слуха. Труд в природе. Содержание и методика трудового воспитания. Ручной труд. Взаимодействие педагога и воспитателя в системе работы по трудовому воспитанию детей с нарушениями слуха. Организация работы с детьми дошкольного возраста в семье. Физическое, трудовое, нравственное воспитание детей с нарушениями слуха в семье. Воспитание ребенка с нарушениями слуха в семье.

Предмет и задачи тифлопедагогики. Связь с другими отраслями знаний. Основные направления развития. Психофизические основы тифлотехники. Взаимодействие анализаторов при восприятии окружающего мира у детей с нарушенным зрением. Основные виды чувствительности, используемые в тифлотехнике. Общее понятие о технических средствах для детей с нарушениями зрения. Особенности использования наглядности при дефектах зрения. Тифлотехника в дошкольном воспитании и обучении (особенности использования и развития остаточного зрения, осязания и мелкой моторики, слуха и ориентировки в пространстве). Тифлотехника в школьном обучении (система рельефно-точечной письменности Л.Брайля, рельефные изображения, модели и макеты, лабораторное оборудование). Тифлотехника при ориентировке в пространстве (приборы и приспособления, трость и особенности ее использования; локаторы). Тифлотехника в быту и в физическом развитии детей с нарушениями зрения. Вспомогательные оптические приборы и средства коррекции. История зарубежной тифлопедагогики. Основные периоды в развитии теории и практики воспитания и обучения детей с нарушениями зрения. История развития отечественной тифлопедагогики. Основные периоды и этапы. Современное развитие тифлопедагогики. Современные проблемы тифлопедагогики. Система образования лиц с нарушениями зрения. Специфика обучения данных категорий детей. Направления работы с детьми, имеющими нарушения зрения. Профилактика заболеваний и гигиена органа зрения. Аспекты и задачи социально-педагогической деятельности с детьми, имеющими нарушения зрения. Физическое воспитание детей с нарушениями зрения. Развитие движений. Формирование ориентировки в пространстве и мобильности. Задачи обучения детей ориентированию в соответствии с их возможностями и возрастом. Подготовительная работа по формированию предпосылок навыков ориентирования у детей младшего дошкольного возраста с учетом стадий компенсации нарушенного зрения. Роль органов чувств и двигательной сферы в процессе ориентировки. Значение формирования представлений об окружающем. Формирование пространственного мышления. Игровая деятельность в процессе ориентирования. Связь занятий по ориентировке с другими видами детской деятельности. Социально-бытовая ориентировка. Зрительное восприятие, его свойства с учетом возрастных особенностей и степени нарушения зрения. Дифференцированный подход к детям в зависимости от вида, формы и течения главного заболевания. Психофизический и

психологический методы коррекции и компенсации нарушенных зрительных функций. Основные программы по развитию зрительного восприятия. Знакомство детей с нарушениями зрения с окружающим миром. Содержание трудового обучения и задачи трудового воспитания детей с нарушениями зрения. Особенности формирования трудовых навыков у детей с нарушениями зрения. Коррекционные возможности трудового воспитания. Формирование гигиенических навыков и самообслуживания. Обучение хозяйственно-бытовому труду детей с нарушениями зрения. Труд в природе. Содержание и методика трудового воспитания. Ручной труд. Взаимодействие педагога и воспитателя в системе работы по трудовому воспитанию детей с нарушениями зрения. Клинико-психолого-педагогическая характеристика младших школьников с нарушениями зрения. Теоретические вопросы психолого- педагогической коррекции духовно-нравственных качеству детей младшего школьного возраста с нарушениями зрения. Понятие «готовность к школьному обучению». Содержание подготовки детей с нарушениями зрения к школе. Организация работы с детьми дошкольного возраста в семье. Физическое, трудовое, нравственное воспитание детей с нарушениями зрения в семье. Познавательное развитие. Игровая деятельность. Обучение чтению. Уровень речевой готовности ребенка с нарушениями зрения к школе.

Тема 2.1. лекционного занятия: Особенности психического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями.

Цели занятия: рассмотреть особенности психического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Предмет и задачи психологии детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата. Понятие «нарушение функций опорно-двигательного аппарата». Классификация детей по степени тяжести нарушений моторной сферы (дети с тяжелой, средней и легкой степенями нарушений). Дети с церебральным параличом (ДЦП), с последствиями полиомиелита в восстановительной и резидуальной стадии, с миопатией, с врожденными и приобретенными недоразвитиями и деформациями опорно-двигательного аппарата. Специфика двигательного развития при детском церебральном параличе. Сущность нарушения при детском церебральном параличе. Специфика двигательного развития ребенка с ДЦП. Причины ДЦП. Структура нарушения, основные формы, особенности проявлений. Классификация ДЦП: спастическая диплегия, двойная гемиплегия, гемипаретическа форма, гиперкинетическая форма, атонически-астатическая форма, смешанные формы ДЦП. Сочетание двигательных, эмоционально-волевых, интеллектуальных и личностных нарушений. Соотношение двигательного и психического развития. Нарушения психической деятельности: повышенная утомляемость, снижение интеллектуальной продуктивности, инертность и тугоподвижность всех психических процессов. Патология речевого развития: задержка речевого развития в раннем возрасте и наличие специфических речевых нарушений в дошкольном – грубые нарушения произношения, общее недоразвитие речи на фоне дизартрических расстройств. Особенности развития познавательной сферы детей с ДЦП. Роль движений в психическом развитии ребенка. Взаимосвязь двигательного и психического развития. Своеобразие процесса становления психических функций у детей с церебральным параличом. ДЦП как сложное психомоторное нарушение. Характеристика состояния внимания, зрительного и слухового восприятия, зрительно-моторной координации. Специфика недоразвития тактильного восприятия. Зависимость от тяжести выраженности двигательной патологии, опыта предметных действий. Особенности представлений детей о свойствах и качествах предметов. Особенности пространственно-временных, причинно-следственных представлений детей. Своеобразие памяти у детей с ДЦП. Состояние интеллектуального развития при ДЦП (интеллектуальная сохранность и одаренность, задержка психического развития, умственная отсталость). Особенности мыслительной деятельности. Диспропорциональное развитие разных видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического).

Особенности речевого развития детей с церебральным параличом. Особенности развития личности и эмоционально-волевой сферы детей с ДЦП. Роль биологических и социальных факторов в развитии эмоционально-волевой сферы детей с ДЦП. Задержки в развитии эмоционально-волевой сферы детей с ДЦП по типу психического инфантилизма. Своеобразие эмоционально-волевых нарушений и поведения детей с ДЦП. Особенности деятельности детей с ДЦП. Зависимость процесса развития деятельности от тяжести двигательной патологии.

Речевые нарушения. Структура речевого дефекта. Виды речевой патологии. Классификация речевых нарушений. Психологические особенности детей с системными и локальными нарушениями речи. Соотношение проявлений речевого недоразвития и особенностей познавательной деятельности. Социально-психологические проблемы лиц с нарушениями речи.

Тема 2.2. лекционного занятия: Обучение и воспитание детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями.

Цели занятия: рассмотреть особенности обучения, воспитания и развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Краткая история образования детей с ДЦП. Зарубежные опыт образования детей с ДЦП. Организация образования детей с ДЦП в нашей стране. Коррекционно-педагогическая работа при ДЦП. Принципы организации коррекционной работы. Основные направления коррекционно-педагогической работы при ДЦП. Система медицинской и педагогической реабилитации детей с церебральным параличом. Организация лечебно-педагогической помощи детям и подросткам с церебральным параличом. Медицинские показания и психолого-педагогические аспекты восстановления движений при ДЦП. Средства коррекции двигательных нарушений. Основные задачи физического воспитания и развития детей с ДЦП. Содержание физического воспитания детей с ДЦП. Развитие умственных способностей в процессе ознакомления с окружающим миром. Особенности развития познавательной деятельности у детей с ДЦП. Содержание, методы и формы ознакомления с окружающей действительностью. Формирование разных форм мышления в процессе коррекционно-педагогической деятельности у детей с ДЦП. Основные направления коррекционно-педагогической работы по формированию изобразительной деятельности. Обучение конструированию детей с церебральным параличом. Методика И.И.Мамайчук. Методика С.В.Коноваленко. Содержание трудового воспитания в работе с детьми с церебральным параличом. Обучение изобразительной деятельности детей с церебральным параличом.

Система специальных учреждений для детей, подростков, взрослых с нарушениями речи. Современная система логопедической помощи дошкольникам, школьникам по линии образовательных и медицинских учреждений. Организация логопедической помощи взрослым по линии системы здравоохранения. Особенности комплектования специальных учреждений.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: 1.1. Особенности психического развития детей с сенсорными нарушениями.

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей с нарушениями слуха.
2. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей нарушениями зрения.
3. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями слуха.
4. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями зрения.
5. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями слуха.
6. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями зрения.
7. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями слуха.
8. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями зрения.
9. Возрастная динамика развития детей с нарушениями слуха.
10. Возрастная динамика развития детей с нарушениями зрения.
11. Общая психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.
12. Общая психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.

Тема занятия: 1.2. **Обучение, воспитание и развитие детей с сенсорными нарушениями**

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Предмет, задачи тифлопедагогики. Связь с другими науками.
2. Классификация лиц с нарушениями зрительного анализатора.
3. Этиология нарушений зрительной функции.
4. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями зрения.
5. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями зрения.
6. Роль тифлотехнических средств в обучении детям с нарушениями зрения.
7. Компенсаторное развитие лиц с нарушениями зрения.
8. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями зрения.
9. Предмет и задачи сурдопедагогики. Связь с другими науками.
10. Проблема компенсации глухоты.
11. Этиология нарушений слуховой функции.
12. Классификации нарушений слуховой функции.
13. Жестовая речь глухих. Роль дактильной речи в обучении глухих детей.
14. Роль сурдотехнических средств в обучении детей с нарушениями слуха.
15. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями слуха.
16. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями слуха.
17. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями слуха.

Тема занятия: 2.1. Особенности психического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и нарушениями речи.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
2. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей нарушениями речи.
3. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
4. Особенности эмоционально-волевой сферы детей нарушениями речи.
5. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

6. Особенности личности и межличностных отношений детей нарушениями речи.
7. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
8. Особенности деятельности и общения детей нарушениями речи.
9. Возрастная динамика развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
10. Возрастная динамика развития детей нарушениями речи.
11. Общая психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
12. Общая психолого-педагогическая характеристика детей нарушениями речи.

Тема занятия: 2.2. Обучение и воспитание детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Классификация нарушений опорно-двигательного аппарата.
2. Этиология нарушений опорно-двигательного аппарата.
3. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
4. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
5. Обеспечение доступности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата образовательных организаций.
6. Кондуктивная педагогика А. Пето.
7. Предмет и задачи логопедии. Связь с другими науками.
8. Классификация нарушений речи.
9. Этиология нарушений речи.
10. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями речи.
11. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями речи.
12. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями речи.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Раздел 1. Характеристика и образование лиц с сенсорными нарушениями Тема 1.1. Особенности психического развития детей с сенсорными нарушениями	Подготовка реферата
Тема 1.2. Обучение, воспитание и развитие детей с сенсорными нарушениями	Подготовка реферата
Раздел 2. Характеристика и образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 2.1. Особенности психического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и нарушениями речи Тема 2.2. Обучение и воспитание детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Характеристика и образование лиц с сенсорными нарушениями.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями слуха.
2. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями зрения.
3. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями слуха.
4. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями зрения.

1.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями зрения.
2. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями слуха.
3. Возрастная динамика развития детей с нарушениями зрения.
4. Возрастная динамика развития детей с нарушениями слуха.
5. Жестовая речь глухих. Роль дактильной речи в обучении глухих детей.
6. Классификации нарушений слуховой функции.
7. Классификация лиц с нарушениями зрительного анализатора.
8. Компенсаторное развитие лиц с нарушениями зрения.
9. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями зрения.
10. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями слуха.
11. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями зрения.
12. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями слуха.
13. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями слуха.
14. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями зрения.
15. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей с нарушениями слуха.
16. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей нарушениями зрения.
17. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями зрения.
18. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями слуха.
19. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями зрения.
20. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями слуха.
21. Предмет и задачи сурдопедагогики. Связь с другими науками.
22. Предмет, задачи тифлопедагогики. Связь с другими науками.
23. Проблема компенсации глухоты.

24. Роль сурдотехнических средств в обучении детей с нарушениями слуха.
25. Роль тифлотехнических средств в обучении детям с нарушениями зрения.
26. Этиология нарушений зрительной функции.
27. Этиология нарушений слуховой функции.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2. Характеристика и образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата и речевыми нарушениями

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
2. Особые образовательные потребности обучающихся с речевыми нарушениями.
3. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
4. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с речевыми нарушениями.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Актуальные проблемы современного образования лиц с нарушениями речи.
2. Возрастная динамика развития детей нарушениями речи.
3. Возрастная динамика развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
4. Классификация нарушений опорно-двигательного аппарата.
5. Классификация нарушений речи.
6. Кондуктивная педагогика А. Пето.
7. Обеспечение доступности для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата образовательных организаций.
8. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
9. Организация и содержание коррекционно-педагогической помощи детям с нарушениями речи.
10. Особенности деятельности и общения детей нарушениями речи.
11. Особенности деятельности и общения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
12. Особенности личности и межличностных отношений детей нарушениями речи.
13. Особенности личности и межличностных отношений детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
14. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
15. Особенности познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь) детей нарушениями речи.
16. Особенности эмоционально-волевой сферы детей нарушениями речи.
17. Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
18. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
19. Особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями речи.
20. Предмет и задачи логопедии. Связь с другими науками.
21. Этиология нарушений опорно-двигательного аппарата.

Этиология нарушений р

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Физическое воспитание обучающихся с особыми образовательными потребностями

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных исполь-

зуемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее напи-

санием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

Цели занятия: изучить организацию физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.
Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В зависимости от потребностей лиц с ОВЗ и инвалидностью выделяют следующие компоненты адаптивной физической культуры. Адаптивное физическое воспитание (образование) – вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности с ограниченными возможностями здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре. человека В процессе занятий адаптивным физическим воспитанием формируется комплекс специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков, развиваются основные физические и психические качества, повышаются функциональные возможности различных органов и систем, развиваются, сохраняются и используются в новом качестве оставшиеся в наличии телесно-двигательные характеристики. Основная цель адаптивного физического воспитания состоит в формировании у занимающихся осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок, а также потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни в соответствии с рекомендациями валеологии. В процессе активного адаптивного физического воспитания, которое должно начинаться с момента рождения ребенка или с момента обнаружения той или иной патологии, первостепенное внимание уделяется задачам коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, выработке компенсаторных механизмов осуществления жизнедеятельности, если коррекция не удается, профилактической работе. Именно здесь огромное значение приобретают так называемые межпредметные связи, когда в процессе занятий физическими упражнениями осуществляется освоение умственных, сенсорно-перцептивных, двигательных действий и понятий, происходит умственное, нравственное, эстетическое, трудовое и другие виды воспитания. Очень важен этот компонент адаптивной физической культуры и в случае приобретенной патологии или инвалидности, когда человеку приходится заново обучаться жизненно и профессионально важным умениям и навыкам (ходьбе на протезах, пространственной ориентации в случае потери зрения и т.д.). Адаптивный спорт – компонент адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации. При многих заболеваниях и видах инвалидности адаптивный спорт является практически единственной возможностью удовлетворения одной из главнейших потребностей человека-потребности в самоактуализации, поскольку 6 и другие виды профессионально-трудовая, общественно-политическая деятельности оказываются недоступными. Содержание адаптивного спорта направлено прежде всего на формирование у инвалидов высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющих аналогичные проблемы со здоровьем. Основу адаптивного спорта составляет соревновательная деятельность и целенаправленная подготовка к ней, достижение максимальных адаптационно компенсаторных возможностей на доступном биологическом уровне, совершенствование индивидуальной спортивной техники за счет сохранных функций. Подготовка к соревнованиям рассматривается как врачебно педагогический процесс, где в оптимальном соотношении задействованы лечебные и педагогические средства, обеспечивающие реализацию физического, интеллектуального, эмоционально-психического потенциала спортсмена инвалида, удовлетворяющие эстетические, этические, духовные потребности, стремление к физическому совершенствованию. Адаптивный спорт развивается в настоящее время преимущественно в рамках крупнейших международных паралимпийского, специального и сурдолимпийского движений. Основная цель адаптивного спорта заключается в формировании спортивной культуры инвалида, приобщении его к общественно-историческому опыту в данной сфере, освоении мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры. Адаптивный спорт как социальное явление можно сравнить с

лакмусовой бумажкой, позволяющей дать объективную оценку реализуемой в обществе аксиологической концепции отношений к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья: действительно ли инвалиды воспринимаются как равные, имеющие право на самостоятельный выбор пути. Адаптивная двигательная рекреация — компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. Содержание адаптивной двигательной рекреации направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных инвалидом во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение концентрации, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием. Наибольший эффект от адаптивной двигательной рекреации, основная идея которой заключается в обеспечении психологического комфорта и заинтересованности занимающихся за счет полной свободы выбора средств, методов и форм занятий, следует ожидать в случае ее наполнения оздоровительными технологиями профилактической медицины 7 Основная цель адаптивной двигательной рекреации состоит в принятии личности инвалида проверенных исторической практикой мировоззренческих взглядов Эпикура, проповедовавшего философию (принципов гедонизма, в освоении инвалидом основных приемов и способов рекреации. Характерными чертами являются свобода выбора средств и партнеров, переключение на другие виды деятельности, широта контактов, самоуправление, игровая деятельность, удовольствие от движения. Для инвалидов адаптивная двигательная рекреация - не только биологически оправданная саморегулируемая двигательная активность, поддерживающая эмоциональное состояние, здоровье и работоспособность, но и способ преодоления замкнутого пространства, психическая защита, возможность общения, удовлетворения личных интересов, вкусов, желаний в выборе видов и форм занятий. В случае приобретенной инвалидности или тяжелого заболевания адаптивная двигательная рекреация может и должна стать первым этапом, первым шагом в направлении снятия (преодоления) стресса и приобщении к адаптивной физической культуре (адаптивному физическому воспитанию, адаптивному спорту и др.). Адаптивная физическая реабилитация — компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребность инвалида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности). Основная цель адаптивной физической реабилитации заключается в формировании адекватных психических реакций инвалидов на то или иное заболевание, ориентации их на использование естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма; в обучении их умениям использовать соответствующие комплексы физических упражнений, приемы гидро- вибромассажа и самомассажа, закаливающие и термические процедуры и другие средства (Су-Джок акупунктура и т.п.). В отдельных нозологических группах инвалидов, преимущественно с поражением опорно-двигательного аппарата, лечение движением не заканчивается в медицинском стационаре, а продолжается всю жизнь на основе само реабилитации. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры — компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства. Безусловно, творческий аспект присутствует во всех перечисленных компонентах (видах) адаптивной физической культуры, однако именно здесь он является главной, ведущей целью, самой сущностью данного вида АФК. Именно 8 в креативных телесно-ориентированных практиках единение духовного и телесного начал человека в процессе занятий физическими упражнениями является обязательным, непременным атрибутом деятельности, без которого она в принципе не может существовать. Основной целью креативных (художественно-музыкальных) телесно ориентированных практик необходимо считать приобщение инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья к доступным видам деятельности, способным обеспечить им самоактуализацию, творческое развитие, удовлетворение от активности; снятие психических напряжений («зажимов») и, в конечном счете, вовлечение их в занятия

другими видами адаптивной физической культуры и в перспективе - профессионально-трудовую деятельность. Экстремальные виды двигательной активности — компоненты (виды) адаптивной физической культуры, удовлетворяющие потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни. Основной целью экстремальных видов двигательной активности является преодоление психологических комплексов неполноценности (неуверенности в своих силах, недостаточное самоуважение и т.п.); формирование потребности в значительных напряжениях как необходимых условиях саморазвития и самосовершенствования; профилактика состояний фрустрации, депрессии; создание у инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья ощущения полноценной, полнокровной жизни. Перечисленные виды (компоненты) адаптивной физической культуры, с одной стороны, носят самостоятельный характер, так как каждый их них решает свои задачи, имеет собственную структуру, формы и особенности содержания; с другой, — они тесно взаимосвязаны. Так, в процессе адаптивного физического воспитания используются элементы лечебной физической культуры с целью коррекции и профилактики вторичных нарушений; рекреативные занятия — для развития, переключения, удовлетворения потребности в игровой деятельности; элементарные спортивные состязания. Многие спортсмены-инвалиды проходят последовательный путь от физической реабилитации в условиях стационара к рекреативно-оздоровительному спорту и спорту высших достижений. Если для здорового человека двигательная активность является естественной потребностью, реализуемой повседневно, то для инвалида — это способ существования, объективные условия жизнеспособности. Она дает независимость и уверенность в своих силах, расширяет круг знаний и общения, меняет ценностные ориентации, обогащает духовный мир, улучшает двигательные возможности, повышает жизненный тонус, физическое и психическое здоровье, следовательно, открывает возможности позитивного изменения биологического и социального статуса. Таким образом, адаптивная физическая культура в целом и все ее виды призваны с помощью рационально организованной двигательной активности как 9 естественного стимула жизнедеятельности, используя сохранные функции, остаточное здоровье, природные ресурсы и духовные силы, максимально реализовать возможности организма и личности для полноценной жизни, самопроявления и творчества, социальной активности и интеграции в общество здоровых людей.

Тема лекционного занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Цели занятия: познакомить студентов с организацией физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Обучающимся с ОВЗ их отклонения в физическом или психологическом развитии затрудняют освоение образовательных программ, поэтому эта категория обучающихся нуждается в создании специальных условий обучения и воспитания. Вовремя начатое и правильно организованное обучение, в перспективе позволит предотвратить или смягчить различные по своему характеру нарушения у обучающихся.

В организациях дополнительного образования необходимо создать условия обучения, с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей таких обучающихся. Наиболее эффективными условиями обучения, воспитания и развития таких обучающихся являются, условия:

- включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания;
- учебных пособий и дидактических материалов;
- специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования;
- проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий;

- обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Занятия физической культурой и спортом играют большую роль в адаптации, социализации, приобщению к здоровому образу жизни обучающихся с ОВЗ, а также являются основным специфическим средством, с помощью которого достигается направленное воздействие на обучающихся, решаются коррекционно-развивающие, компенсаторные, лечебные и профилактические, образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи.

Физические упражнения оказывают положительное влияние на организм человека с ограниченными возможностями здоровья в любом возрасте, особенно на растущий организм с нарушениями в развитии.

Физические упражнения:

- укрепляют и развивают опорно-двигательный аппарат, стимулируют рост костей, укрепляют суставы и связки, повышают силу, тонус и эластичность мышц;
- улучшают крово- и лимфообращение, обмен веществ;
- улучшают аналитико- синтетическую деятельность ЦНС и взаимодействие двух сигнальных систем;
- улучшают функции сенсорных систем.

Физические упражнения развивают интересы, убеждения, мотивы, потребности, формируют волю, характер, поведение и являются одним из средств духовного развития человека, то есть влияют одновременно на организм и на личность.

Необходимо целенаправленно подбирать физические упражнения соответственно индивидуальным особенностям обучающихся условиям проведения занятий, характеру физкультурной деятельности. Эти упражнения могут быть:

1) по целевой направленности: упражнения общеразвивающие, спортивные, профилактические, коррекционные, профессионально-подготовительные;

2) по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств: упражнения на развитие силовых, скоростных качеств, выносливости, гибкости и т.п.;

3) по преимущественному воздействию на определенные мышечные группы: упражнения на мышцы спины, брюшного пресса, плеча, предплечья, голени, бедра, мимические мышцы и т.д.;

- по координационной направленности: упражнения на ориентировку в пространстве, равновесии, точности, дифференцировку усилий, расслаблении, ритмичности движений и др.;
- по биомеханической структуре движений: циклические (ходьба, бег, плавание, на лыжах, гребля и др.), ациклические (метание спортивных снарядов, гимнастические упражнения, упражнения на тренажерах и др.), смешанные (прыжки в длину с разбега, подвижные и спортивные игры и др.);
- по интеграции междисциплинарных связей: художественно-музыкальные, хореографические, танцевальные упражнения, упражнения, связанные с ролевыми двигательными функциями (сказко-, драмо- игротерапии), тематическими игровыми композициями и др., активизирующими мышление, речь, внимание, память.

При организации учебных занятий доминирующим должно являться коррекционно-развивающее и оздоровительное направление, что обусловлено приоритетной ролью решения основных педагогических задач и особенностями контингента обучающихся.

Необходимо использовать наиболее оптимальные методы на занятиях с обучающимися с ОВЗ. Следует использовать такие методы, как:

- методы формирования знаний;
- методы обучения двигательным действиям;
- методы развития физических качеств и способностей;
- методы воспитания личности;
- методы взаимодействия педагога и обучающихся.

Особо следует обратить внимание на индивидуальный подход в организации образовательной деятельности с обучающимися с ОВЗ, на выбор методических приемов, в зависимости от структуры и тяжести основного дефекта, наличия или отсутствия сопутствующих и вторичных нарушений, возраста, физического и психического развития, сохранности или поражения сенсорных систем, органов опоры и движения, интеллекта, способности к обучению, медицинских показаний и противопоказаний и т.п.
Рекомендуется разумное использование комплекса методов и методических приемов.
При обучении двигательным действиям обучающихся необходимо использовать словесные и наглядные методы, так как они тесно связаны с непосредственным выполнением физических упражнений и отражают информационную сторону обучения. Процесс обучения должен быть эмоционально насыщенным, разнообразным, мобилизующим адаптивные резервы организма и личностные качества обучающихся.
При развитии физических качеств и двигательных способностей рекомендуется:

- сочетание различных физических упражнений: стандартных, упрощенных и усложненных, дробного выполнения упражнений, имитационных, подводящих и др.;
- вариативность техники физических упражнений: исходного положения, темпа, ритма, усилий, направления, амплитуды и т.п.;
- разнообразие вербальных и невербальных методов и методических приемов, словесных, наглядных способов воздействия, музыки, внушения и т.п.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы обучающихся с ОВЗ, является игровой метод.
Для большей адаптации обучающихся с ОВЗ на занятиях по физической культуре целесообразно использовать различные подвижные игры с разной преимущественной направленностью, степенью интенсивности, игры на развитие познавательных способностей и психических функций:

- подвижные игры с ходьбой и бегом;
- подвижные игры с прыжками;
- подвижные игры с лазаньем, ползаньем, перелезанием;
- подвижные игры с ловлей, передачей, перекатыванием мяча;
- подвижные игры с различными предметами;
- развитие скоростных способностей;
- развитие скоростно-силовых способностей;
- развитие силовых способностей;
- развитие координационных способностей;
- подвижные игры, включающие развитие сенсомоторных функций зрительного восприятия;

— подвижные игры, активизирующие мышление: наглядно-действенные и наглядно-образные формы, сравнение объектов по различным признакам;

- на развитие памяти и внимания: слухового и зрительного, запоминание правил игры, последовательности действий, названий инвентаря, частей тела и пр.;
- расширение представлений об окружающем мире: ознакомление с дикими и домашними животными, птицами, растительным миром, имитация их движений и звуков;
- закрепление социально-бытовых навыков (правил уличного движения, название школьных принадлежностей и т.п.);
- формирование общения и взаимоотношений (согласование движений в парах, команде, оказание помощи, выполнение совместных действий и т.п.). Разнообразные методы и средства, используемые на занятиях по физической культуре при их рациональном использовании, могут выступать стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей обучающихся.

В зависимости от целей, задач, содержания дополнительных общеобразовательных программ, адаптивных программ, занятия могут подразделяться на:

1) *занятия образовательной направленности, предназначенные для* формирования специальных знаний, обучение разнообразным двигательным умениям;
2) занятия коррекционно-развивающей направленности, предназначенные для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;
3) занятия оздоровительной направленности, предназначенные для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательных систем;
4) занятия спортивной направленности, предназначенные для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в избранном виде спорта;
5) занятия рекреационной направленности, предназначенные для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности;
6) комплексные занятия, являются наиболее востребованными для обучающихся с ОВЗ, так как на таких занятиях могут решаться сразу две или три педагогические задачи. Такие занятия включают в себя упражнения из различных разделов физической подготовки в различных сочетаниях, где могут отрабатываться упражнения на развитие быстроты, ловкости, приемы и действия, связанные с тонкой двигательной координацией.
Каждое занятие должно содержать элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики.
Для обучающихся с ОВЗ в целях повышения их мотивации к занятиям физической культурой и спортом, формирования из их числа потенциальных участников соревнований, в организациях дополнительного образования необходимо в полной мере использовать многообразие физкультурных и спортивных форм в рамках физкультурно-спортивной деятельности, но с учетом избирательности форм мероприятий и наличия медицинской справки о допуске к участию в физкультурно-спортивных мероприятиях.
В организациях дополнительного образования обучающимся с ОВЗ важно обеспечить личностно-ориентированный подход в обучении, создать специальные условия, с учетом особенностей их психофизического развития.
Для расширения двигательного диапазона и повышения потенциала здоровья обучающихся в рамках образовательной деятельности педагогами, тренерами-преподавателями должны использоваться на занятиях такие средства, как оздоровительное плавание, корригирующая, ритмическая гимнастика, упражнения на тренажерных устройствах и с использованием различных предметов.
В организациях дополнительного образования физкультурно-спортивная деятельность может осуществляться в различных формах:

- учебно-тренировочные занятия;
- подвижные и спортивные игры;
- соревнованиями по различным видам спорта, включая олимпийские и национальные виды спорта, матчевые встречи по различным видам спорта (между группами, командами, образовательными организациями);
- физкультурно-оздоровительные праздники, викторины, конкурсы, развлечения;
- интегрированные праздники совместно со здоровыми обучающимися;
- физкультурно-спортивные лагеря в каникулярный период -.
- спартакиады, олимпиады, интеллиады (интеллектуальные виды спорта: го, шашки, шахматы, спортивный бридж, компьютерный спорт), флэш-мобы, фестивали и т.п.;
- дни здоровья и спорта (например, «День гимнаста», «День легкоатлета»,

«День бегуна», «День лыжника», «День баскетболиста», и пр.;

- тематические недели, посвященные физической культуре и спорту, отдельно по видам спорта (например, «Неделя «КЕС-БАСКЕТ», «Неделя мини-футбола», «Неделя лыжника», «Серебряный мяч», и пр.
- конкурсы, акции, выставки (например, акция «Займись спортом! Стань первым!», др.), направленные на приобщение обучающихся к социально-педагогической деятельности

по профилактике пагубных привычек, духовному и физическому совершенствованию, пропаганде здорового образа жизни, ведению исследовательской и творческой деятельности, участию в волонтёрском движении;

- мероприятия с приглашением спортсменов, представителей федераций по видам спорта, специалистов по адаптивной физической культуре, медицинских работников;
- организация физкультурно-спортивных мероприятий с привлечением обучающихся с ОВЗ (в качестве болельщиков, судей-общественников, помощников группы поддержки и т.п.).

Необходимо использовать системный подход в организации физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых форм работы, что будет способствовать вовлечению обучающихся с ОВЗ в регулярные занятия физической культурой и спортом, увеличению их двигательной активности, развитию соревновательной деятельности по различным видам спорта, а также социализации и адаптации обучающихся.

Для выявления одаренных в области физического воспитания обучающихся с ОВЗ, их способностей к освоению различных видов двигательной деятельности и демонстрирующих высокие спортивные результаты в соревновательной деятельности, рекомендуется разрабатывать индивидуальные образовательные траектории, которые могут включать:

- обеспечение материалами, заданиями, в том числе с использованием дистанционных и модульных технологий обучения;
- создание портфолио физкультурно-спортивного опыта и достижений обучающихся;
- участие в творческих, физкультурно-спортивных конкурсах, фестивалях, акциях, мастер-классах и т.п.;
- формирование и реализация индивидуальной образовательной программы обучающихся в области физической культуры;
- формирование мотивации к будущему профессиональному самоопределению обучающихся с ОВЗ в физкультурно-спортивной сфере через популяризацию и культивирование данного направления;
- создание альянса «семья — обучающийся — образовательная организация».

Для обучающихся с ОВЗ со специальной медицинской группой, а также для спортивно одаренных обучающихся с инвалидностью важно предусмотреть тьюторское сопровождение. Тьютор должен организовать персональное сопровождение таких обучающихся при подготовке и участию в физкультурно-спортивных мероприятиях, работать в тесном контакте с родителями.

Тьюторское сопровождение — это особый вид педагогического сопровождения, основанный на личностном взаимодействии и совместной деятельности педагога и обучающегося, в ходе которого создаются условия и рассматриваются способы для выявления, развития, реализации и осмысления обучающимся познавательной мотивации, а также осуществляется построение и реализация его индивидуальной образовательной программы (программы личностного развития).

Тьюторское сопровождение должно разрабатываться каждой образовательной организацией индивидуально, в зависимости от имеющихся в наличии ресурсов и возможностей (инфраструктурных, материальных, кадровых и т.д.) и учётом предлагаемой модели сопровождения.

Обучающимся, проявившим выдающиеся способности в области физической культуры, желательно создавать условия, стимулирующие общее развитие их логического мышления, таких как:

— создание ситуаций незавершенности или открытости в отличие от жестко заданных и строго контролируемых;

- разрешение и поощрение множества вопросов обучающихся, в том числе физкультурно-спортивной тематики;
- стимулирование к самостоятельной разработке индивидуальных стратегий, планов, графиков дальнейшей деятельности по достижению поставленной цели;
- акцентирование внимания на самостоятельных инициативах, наблюдениях, обобщениях, сопоставлениях, рефлексии.

Важное значение для обеспечения эффективной интеграции детей с ОВЗ в физкультурное образование имеет проведение информационно-просветительской, разъяснительной работы по вопросам, связанным с особенностями образовательной деятельности по физической культуре для данной категории детей, со всеми участниками образовательного процесса — обучающимися (как имеющими, так и не имеющими недостатки в развитии), их родителями (законными представителями), педагогическими работниками.

В рамках информационно-просветительской деятельности с родителями целесообразно использовать следующие формы работы:

- проведение родительских лекториев по проблемам здоровья и адаптации обучающихся средствами физической культуры и спорта;
- организация семейных клубов;
- участие в спортивных мероприятиях; в днях здоровья, спартакиадах, туристических слетах и т.д.
- При проектировании дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта (общеразвивающих и предпрофессиональных), имеющих коррекционно-воспитательную, специальных адаптированных образовательных программ, необходимо учитывать категорию заболевания и нарушения у обучающихся, которые бывают 8 видов:

I вид: неслышащие дети (глухонемые);

II вид: слабослышащие;

III и IV вид: слепые и слабовидящие (рассматриваются вместе)

V вид: при нарушениях речи, в том числе заикании;

VI вид: при нарушениях опорно-двигательного аппарата (ДЦП, спинномозговые и черепно-мозговые травмы);

VII вид: дети с ЗПР (СДВГ);

VIII вид: дети с отклонениями интеллектуального развития, с умственной отсталостью.

Проектирование образовательной деятельности должно включать образовательные, воспитательные и развивающие задачи, планирование объема и интенсивности физических нагрузок, отдыха и восстановительных мероприятий.

При проектировании дополнительных общеобразовательных адаптированных программ (общеразвивающих и предпрофессиональных) возможно использование программно-методического материала, позволяющего осуществлять процесс обучения по физической культуре с детьми с ОВЗ, учитывая особые образовательные потребности обучающихся данной категории.

Целесообразно реализовывать адаптированные образовательные программы, индивидуальные адаптированные рабочие программы, индивидуальные учебные планы по физической культуре (утвержденные приказами образовательных организаций), модельные учебные планы, учебные индивидуальные планы образовательных организаций обучающихся с ОВЗ.

Организации дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности могут участвовать в сетевой форме реализации образовательных программ, в которую может входить несколько образовательных организаций: организации дополнительного образования, общеобразовательные организации, физкультурно-спортивные организации.

В этой связи необходимо создать сетевую форму взаимодействия по организационно-методической поддержке, организации и проведения совместных физкультурных и спортивных мероприятий, определить формы организации мероприятий.

В образовательной организации должны быть созданы материально — технические условия, для занятий физической культурой и спортом для обучающихся с ОВЗ, позволяющие обеспечить доступность к образованию с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся:

- тренажерный зал, тренажерные устройства;
- зал (кабинет) по лечебной физической культуре;
- зал ритмической гимнастики (корригирующая гимнастика);
- зал хореографии (по возможности);

Целесообразно использовать специальное, нестандартное оборудование (мягкие модули), гимнастическое оборудование; индивидуальные технические средства передвижения, приборы для альтернативной и дополнительной коммуникации; и другое специальное оборудование (включая специализированные компьютерные инструменты обучения).

Вышеперечисленные средства методы и формы работы, рационально используемые организацией дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, могут служить стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, а следовательно будут являться фактором гармоничного развития личности, что создаст реальные предпосылки социализации обучающихся с ОВЗ.

Тема лекционного занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением.

Цели занятия: познакомить студентов с организацией физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Роль физической культуры в работе с трудными подростками в условиях ФГОС

Изменения, происходящие сегодня в нашем обществе, выдвинули ряд проблем, одна из которых - проблема воспитания трудного ребёнка. Актуальность её заключается в том, что с каждым годом увеличивается количество детей с девиантным поведением. В поведении таких детей довольно часто отмечаются критичность к замечаниям педагогов, грубость, нарушения дисциплины, пропуски учебных занятий.

Анализ структуры свободного времени подростков с девиантным поведением показал, что большинство из них имеют достаточное количество свободного времени в течение дня. При этом подростки большую часть своего свободного времени тратят на проведение его в кругу друзей, на прослушивание музыки, просмотр телевизионных передач. Дети с девиантным поведением имеют высокую степень тревожности, агрессивности, у них отмечается низкая мотивация к учебной деятельности. К личностным особенностям данной категории детей относятся заниженная самооценка личности, нежелание проявлять волевые усилия в трудных ситуациях или отсутствие мотивационных установок к этому. Анализ научно-методической литературы показывает, что многие специалисты (педагоги, психологи, физиологи и др.) озабочены поиском эффективных средств и методов педагогического воздействия для преодоления отклонений в психофизическом состоянии трудных подростков. По утверждению многих из них, эффективным способом преодоления трудновоспитуемости учащихся является вовлечение их в социально значимую деятельность с последующим изменением отрицательных черт личности. Важное место в системе профилактики и коррекции поведения трудных подростков занимают физическая культура и спорт. Воспитательные функции физической культуры и спорта проявляются не прямо, а опосредованно, через их воздействие на духовный и чувственный мир личности на присущем им положительном эмоциональном фоне. Учитывая тот факт, что сфера физической культуры и спорта является притягательной для молодёжи, занятия физическими упражнениями можно считать важным средством нравственной, физической, психической и других сторон гармоничного развития личности. В настоящее время все более осознается тот факт, что традиционные, издавна сложившиеся и используемые на практике формы физкультурно-спортивной работы с детьми и молодежью уже не отвечают современным требованиям и должны быть заменены новыми, более эффективными. Поэтому сегодня идет интенсивный поиск новых идей и подходов к организации физкультурно-спортивной работы. Особого внимания заслуживают вопросы перестройки физкультурно-спортивной работы в общеобразовательных школах с учетом современных условий.

Для работы с трудными подростками необходимы специальные учебно-воспитательные программы, в которых занятия физическими упражнениями рассматриваются с трех основных позиций: во-первых, как путь оздоровления; во-вторых, как способ организации досуга и привития у подростков общечеловеческих ценностей и идеалов, включая формирование у них интереса, потребности и привычки в здоровом образе жизни, в регулярных занятиях физической культурой и спортом; в-третьих, как фактор управления физическим и психоэмоциональным развитием детей.

Психолого-педагогические особенности трудных подростков

Понятие «трудный подросток»

В научно-педагогической литературе нет однозначного определения, понятия «трудные дети». Наряду с понятием «педагогическая запущенность», мы встретили в литературе - «трудный подросток», «социально-педагогически запущенный», «дети с отклонением в нравственном развитии», «трудновоспитуемый», «учащиеся с проблемами».

Проблема педагогической запущенности достаточно хорошо изучена в педагогической науке. Существует много работ по данной проблеме. Но само понятие «педагогически запущенные» в современной теории и практике часто употребляется как синоним понятию «трудные» дети. Мы согласны с мнением Л.Н. Антоновой, что между ними есть и различия. Понятие «педагогической запущенности» характеризует историю воспитания ребенка, а «трудный» - говорит о результатах такого воспитания. «Педагогически запущенный» рано или поздно становится «трудным».

Рассмотрим понятие педагогической запущенности. Российская педагогическая энциклопедия понятие «педагогическая запущенность» рассматривает, как устойчивое отклонение от нормы в нравственном сознании и поведении детей и подростков, обусловленные отрицательным влиянием среды и ошибками воспитания.

И.В. Павлов считает, что педагогическая запущенность – это неразвитость, необразованность, невоспитанность ребенка, отставание его развития от собственных возможностей, требований возраста, вызванное педагогическими причинами и подвергающееся коррекции педагогическими средствами. Проанализировав данные подходы к определению педагогической запущенности, выделив общие черты, на которые указывают авторы, мы будем придерживаться следующего определения. Педагогическая запущенность — это устойчивое отклонение от нормы в поведении, нравственном сознании, учебной деятельности, проявляющаяся в неразвитости, необразованности и невоспитанности ребенка, отставании его развития от собственных возможностей, обусловленные отрицательным влиянием среды и ошибками в воспитании, частой сменой школ и преподавателей, отрицательным влиянием улицы, безнадзорностью. То есть эта проблема вызвана педагогическими причинами и, следовательно, устраняется при помощи коррекции педагогическими средствами.

Черты педагогической запущенности могут проявляться отчетливо, но могут и скрываться за внешне благополучным поведением. Педагогически запущенный ребенок является психически нормальным и физически здоровым, но не обладает знаниями и умениями, необходимыми для нормальной жизнедеятельности.

Следует также различать термины «трудные дети» и «педагогически запущенные дети». Все трудные, конечно, являются педзапущенными. Но не все педзапущенные дети - трудные: многие относительно легко поддаются перевоспитанию, в отличие от нелегкого корректирования нарушений поведения трудных детей и подростков. Педзапущенность развивается постепенно, проходя определенные стадии, имеющие комплекс доминирующих причин, признаков, знание которых позволяет правильно диагностировать отклонения и своевременно применить систему коррекционно-воспитательных мер. Поэтому есть несколько подходов к описанию этих стадий.

Первая стадия педзапущенности рассматривается как предрасполагающая (в основном соответствует дошкольному возрасту). Она возникает в результате неправильного воспитания в семье, из-за ошибок воспитателей дошкольных учреждений, приводящих к неблагоприятному положению ребенка в коллективе; как результат депривации (психического состояния человека, возникающего в результате длительного ограничения его возможностей в удовлетворении основных психических потребностей). Вторая стадия - следствие слабой психологической и педагогической готовности к школьному обучению. У младших школьников появляются начальные формы негативного отношения к нормам и правилам жизни в детском коллективе. Основная причина - отсутствие успеха в деятельности, прежде всего учебной. Источниками неудач в значительной степени служат недостатки организации учебно-воспитательного процесса.

Третья и четвертая стадии наиболее часто встречаются в подростковом возрасте и у старших школьников. Эти стадии характеризуются углублением негативного отношения к нормам и правилам жизни коллектива, появлением асоциальных тенденций, отклоняющимся поведением. Определенные проступки могут иметь ситуативный характер. Подростки переживают последствия своих действий и осознают их отрицательный характер, но еще не умеют предвидеть нежелательные результаты. Встречаются также факты воровства, нападения на слабых детей, жестокости, злостного хулиганства, переходящие в правонарушения и преступления. Часто такое поведение сочетается с искаженными нравственными представлениями. В данном случае педзапущенность развивается в тех случаях, когда учащиеся не имеют достаточных возможностей для самоутверждения в коллективах класса, школы. Поведение старших школьников отличается большей скрытностью.

Таким образом, можно сделать вывод, что педагогическая запущенность закладывается, как «фунда-

мент», еще в раннем детстве и в дошкольном возрасте, и если не будут предприниматься какие-либо меры по ее преодолению, то педагогическая запущенность прогрессирует и переходит в более серьезную стадию, на которой происходит закрепление негативных качеств.

Трудные дети – широкое обобщенное понятие, используемое в научной и главным образом в научно-популярной литературе, а также в педагогической публицистике для обозначения обширной категории детей, демонстрирующих явное отклонение в личностном развитии.

Под трудными школьниками понимают таких детей и подростков, нарушение поведения которых нелегко исправляется, корригируется. В своем исследовании трудновоспитуемость учащихся мы понимаем как сочетание отклонений в уровне нравственной воспитанности, проявляющиеся в виде невосприимчивости к воспитательным воздействиям, отставании в психофизическом развитии, искажении отношений к себе и окружающим, низкой успеваемости, нарушении дисциплины. Их поступки и поведение в целом определяются не врожденными качествами, а теми условиями и обстоятельствами, в которых подростки жили, росли и воспитывались. Отклонения в поведении, нравственная деформация личности трудных подростков, является следствием отрицательных влияний микросреды на них, серьезных пробелов и недостатков в семье.

Особенности поведения трудных подростков.

Девиантное поведение имеет различные формы проявления, начиная от незначительных проступков и кончая стойкими психическими отклонениями и многообразием причин возникновения, начиная от генетических и заканчивая социальными факторами. Наибольшее распространение имеют сравнительно несложные варианты девиантности детей и подростков, причины, которых лежат в социальной сфере. В этом случае целенаправленные корригирующие воздействия педагогического и психорегулирующего характера могут дать положительный эффект, если в наибольшей мере отражают индивидуальные особенности адресата - в данном случае девиантного подростка.

Система двигательных, психомоторных и психических методов, дифференцированных в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся, может существенно снизить роль факторов девиантности в их поведении, учебной и повседневной деятельности. Дезадаптация - в современной психолого-педагогической литературе довольно часто встречающееся понятие, определяемое как совокупность признаков, свидетельствующих о несоответствии взаимодействия человека с окружающей средой. Дезадаптированный подросток — это несовершеннолетний, который в силу своих особенностей и недостатков в индивидуальном развитии не может выработать адекватные новым условиям формы поведения и деятельности.

Наибольшую тревогу в социальном плане вызывают дети и подростки с различными формами психической, физической и социальной дезадаптации. Одной из стадий социальной дезадаптации является педагогическая запущенность, которая может быть вызвана различными причинами: педагогическими просчетами учителей, родителей, дефектами социального, физического, психического развития, особенностями характера, темперамента и другими личностными характеристиками подростка, затрудняющими его социальную адаптацию.

Поведение ребенка и подростка связано с особенностями его личности и главной составляющей личности - характером. Именно характер, как пишет А.В. Петровский, являющийся «совокупностью устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении обуславливает типичные для индивида способы поведения .

Сравнение личностных качеств подростков с отклоняющимся поведением позволило выявить совокупность, являющуюся специфической для контингента девиантных подростков и достигающих у них высокой степени выраженности — это ив дуалистичность и импульсивность.

Первое проявляется в виде эмоциональной неадекватности, субъективизма, стремлении во всем руководствоваться лишь собственными критериями.

Другая характеристика находит свое выражение в чрезмерном эгоизме, эмоциональной незрелости, слабости внутреннего контроля над поведением и способствует тому, что возникающее эмоциональное напряжение подросток склонен реализовать в поведении без оглядки на социальные и этические нормы. Сочетание этих двух структурных компонентов личности, способствует формированию асоциальной позиции личности, которая может реализоваться им в совершении различного рода проступков и правонарушений.

У девушек с отклоняющимся поведением добавляется также ряд других признаков, которые лишь усиливают дисгармонию личности. Так, значительной выраженности у них достигает склонность к отрицанию имеющихся трудностей, что приводит к высокой и, как правило, плохо организованной активности. Свойственная им фригидность, с одной стороны, способствует формированию таких негативных черт, как злопамятность, недружелюбие, подозрительность, а с другой приводит к закреплению нежелательных форм поведения.

На основании комплексного изучения психических особенностей личности трудных подростков были выделены пять основных групп отклоняющегося поведения (Д.И. Фельдштейн):
- по типу эмоциональной неустойчивости с преобладанием черт возбудимости;
- по типу эмоциональной неустойчивости с преобладанием черт тормозимости;
- по типу психической задержки при большой выраженности интеллектуального недоразвития;
- по типу психической задержки при преимущественном недоразвитии личностных структур;
- по типу патологических усиленных влечений .

К характерным особенностям подростков первой группы относятся: склонность к импульсивным действиям в фрустирующих ситуациях, неадекватное завышение самооценки и стремление к доминированию, неуживчивость и драчливость, наличие в характере подростка черт, затрудняющих социальное приспособление (эгоцентризм, демонстративность).

Подростки второй группы характеризуются определенным психологическим складом личности, повышенной тревожностью, склонностью к беспокойству, ранимостью в межличностных отношениях, повышенной внушаемостью. При этом аффективной разрядки предшествует длительная конфликтная ситуация.

Для подростков, отнесенных к третьей группе, характерно преобладание детских интересов и поведения, недостаток работоспособности, беспечность и беспомощность. Более часто отмечается отсутствие интереса к учебе и проявление педагогической запущенности уже в начальной школе, а замедленный темп психического созревания препятствует адаптации в группе сверстников.

В основе нарушений поведения подростков, отнесенных к четвертой группе, лежит недостаточность таких высших компонентов личности как система интересов и идеалов, нравственных установок. Для пятой группы характерны наиболее стойкие и выраженные отклонения в поведении. При этом у юношей чаще всего наблюдалась склонность к бродяжничеству, алкоголю, садистские проявления. У девушек-повышенная сексуальность, агрессия. Отмеченные нарушения, как правило, проявляются в подростковом возрасте и часто имеют органические происхождения. При этом необходимо учитывать, что одни и те же симптомы могут присутствовать при описании самого широкого спектра психических отклонений - от крайних вариантов нормы (акцентуация характера, пат характерологическое формирование личности) и пограничных расстройств (неврозы, невроз подобные и псих подобные состояния) до тяжких психических заболеваний.

Существуют различные варианты девиантного поведения подростков, выражающегося в поведении, неадекватном нормам и требованиям ближайшего окружения, которые выполняют функции институтов социализации. Речь идет, прежде всего о семье и школе. Процесс дезадаптации развертывается по принципу «замкнутого порочного круга» , где пусковым механизмом является, как правило, резкое изменение условий жизни, привычной среды, наличие стойкой психотравмирующей ситуации для подростка Часто нормальному развитию личности подростка мешают особенности или недостатки в индивидуальном развитии, которые не позволяют ему выработать формы поведения и деятельности, адекватные новым условиям. Патогенность тех или иных факторов, как отмечал В.Н. Мясищев, определяется не только объективным характером травмирующей ситуации, но и субъективным отношением к ней личности, поэтому процесс дезадаптации прежде всего зависит от мотивационной структуры, эмоциональных и интеллектуальных особенностей индивида. Дезадаптация усугубляет имеющиеся у человека психические и соматические нарушения, что ведет к дальнейшим отклонениям в развитии.

В воспитательно-коррекционной работе важно учитывать кризисные, переломные моменты в жизни человека, когда происходит резкое изменение его ситуации социального развития, вызывающее необходимость реконструкции сложившегося стереотипа адаптированного поведения. В зависимости от природы, характера и степени дезадаптации можно выделить патогенную, психогенную и социальную дезадаптацию.

Первый вид дезадаптации вызван отклонениями, связанными с патологией психического развития и нервно-психического заболевания, в основе которого - функционально-органические поражения центральной нервной системы.

Психическая дезадаптация вызвана половозрастным и индивидуально-психологическим развитием подростка, которое обуславливает их определенную нестандартность, трудновоспитуемость, нетипичность поведения, требующую индивидуального подхода.

По своей природе и характеру различные формы психической дезадаптации делятся на устойчивые и временные. К первым, требующим специальных психолого-педагогических коррекционных программ, можно отнести различные неблагоприятные и индивидуально-психологические особенности эмоционально-волевой и познавательной сферы личности, включая такие дефекты, как снижение порога эмпатийности, индифферентность интересов, низкая познавательная активность, дефекты волевой сферы. Временно неустойчивые формы психической дезадаптации обусловлены психофизиологическими поло-

возрастными особенностями отдельных кризисных периодов развития подростка. Изменения в характере взаимоотношений со взрослыми, выражающиеся в повышенной конфликтности подростка с родителями, учителями, объясняются такими причинами, как «конфликт моралей», когда процедура подчинения в период взросления заменяется формулой равенства со свойственной ей повышенной критичностью по отношению к старшим, стремлением к самовыражению и автономии от взрослых. Активное формирование самосознания в подростковом возрасте приводит к обострению потребности общения со сверстниками, стремлению самоутвердиться в их среде, что в определенных неблагоприятных условиях может проявляться в извращенных, уродливых формах асоциального поведения. Серьезные проблемы вызывает также процесс полового созревания.

Социальная дезадаптация проявляется в нарушении норм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентациях, социальных установках подростков. При социальной дезадаптации имеет место нарушение как функциональной, так и содержательной стороны социализации личности. Последняя характеризуется тем социальным опытом, который усваивается индивидом и который охватывает три основные сферы социализации: «человек и профессия», «человек и общество», «человек и самопознание». Нарушения социализации могут быть вызваны как прямым десоциализирующим воздействием, когда в ближайшем окружении подросток находит образцы антиобщественого поведения, так и косвенным влиянием, когда снижена референтная значимость ведущих институтов социализации, т.е. семьи и школы».

Отнесение ребенка к данной категории осуществляется, как правило, по внешним проявлениям его индивидуально-психологических особенностей, служащих препятствием для нормального протекания воспитательного процесса. Причины, лежащие в основе нарушений характера и поведения ребенка, бывают весьма разнообразны. Поэтому нередко к трудным относят детей, существенно различающихся по своим индивидуальным особенностям. Оценка ребенка как трудного преимущественно отражает мнение о нем родителей и педагогов, а не его конкретные психофизиологические характеристики.

Таким образом, в современной литературе трудными обычно называют тех детей, чье поведение резко отклоняется от общепринятых норм и препятствует полноценному воспитанию. Поэтому используется также синоним «трудновоспитуемые дети», т.к. они наименее склонны следовать педагогическим предписаниям и проявляют крайнюю невосприимчивость к традиционным педагогическим воздействиям.

Причины отклоняющегося поведения подростков.

Одной из основных причин, порождающих затруднения в воспитательном процессе, являются психические заболевания и так называемые пограничные состояния. Ребенок, страдающий, например, психопатией или ранним детским аутизмом, безусловно выделяется из массы нормально развивающихся сверстников, и его воспитание значительно затруднено. Однако отнесение его к категории трудных не вполне оправдано, т.к. его отклонения подлежат преимущественно медицинской коррекции. Если поведение ребенка заставляет заподозрить у него нервно-психические отклонения, необходимы консультации с психоневрологом, невропатологом, детским психиатром, которые выносят квалифицированный диагноз и назначают соответствующее лечение (в отсутствие его любые меры педагогической коррекции могут оказаться неэффективными). В отдельных случаях рекомендуется индивидуальное обучение.

Некоторые нарушения поведения могут быть вызваны врожденными или приобретенными психофизиологическими отклонениями, которые не относятся к психическим заболеваниям. Это так называемая ранняя детская нервность, проявления так называемого алкогольного синдрома плода (возникающего вследствие алкогольной интоксикации на пренатальной стадии развития). К нерезким психофизическим нарушениям относят также минимальную мозговую дисфункцию, возникающую вследствие воздействия разнообразных вредоносных факторов на ранних этапах развития.

Наиболее распространенным следствием этого нарушения выступает так называемый гиперкинетический синдром, который вследствие дисбаланса процессов возбуждения и торможения в нервной системе проявляется в чрезмерной активности, импульсивности, неспособности к произвольной регуляции поведения. Дети, страдающие подобными отклонениями, нуждаются в индивидуальном подходе в воспитании с учетом особенностей их психофизического развития. В большинстве случаев скорректировать их поведение удается при условии сочетания индивидуально подобранных мер педагогического воздействия и лечебно-коррекционных мероприятий.

В большинстве случаев медицинское обследование трудных детей констатирует нормальный уровень их психофизического развития. Очевидно, что отклонения в их поведении обусловлены внешними – социальными и педагогическими факторами. Наиболее распространенная причина временных отклонений заключается в недостаточном учете со стороны родителей и педагогов возрастных особенностей развития ребенка. В отечественной детской психологии установлено, что индивидуальное развитие осуществляется в виде чередования так называемых стабильных и критических возрастов. В рамках последних

происходит переход ребенка на качественно новый этап развития, реализация формировавшихся ранее психических новообразований. При этом взрослые не всегда справедливо оценивают возросшие способности и потребности ребенка и продолжают осуществлять устоявшиеся, но более неадекватные меры педагогического воздействия. В такой ситуации критический возраст превращается в подлинно кризисный этап, чреватый нарушениями в поведении ребенка. В этом аспекте особенно значим кризис трех лет, когда формируется самосознание ребенка, что требует иного к нему отношения, а также кризис подросткового возраста, в рамках которого ребенок склонен переоценивать свои возросшие возможности, а старшие наоборот продолжают относиться к нему как к маленькому. Многочисленные исследования показали, что при адекватном подходе к формирующейся личности критический возраст может протекать бесконфликтно. Поэтому определение «трудный возраст» достаточно условно; учет возрастных особенностей развития позволяет избежать многих трудностей, характерных не столько для определенного возрастного этапа, сколько для индивидуальной ситуации развития.

В ряде случаев нарушения учебно-воспитательного процесса бывают порождены хронически неадекватными условиями педагогического воздействия на ребенка. Неблагоприятный морально-психологический климат в семье часто является той почвой, на которой возникают отклонения в развитии личности. Недостаточные либо, наоборот, чрезмерные требования к ребенку порождают его нежелание и неспособность воспринимать педагогические воздействия. Особо негативную роль играет отсутствие единства требований со стороны родителей, при котором ребенок попадает в «воспитательный вакуум», будучи не в силах и не желая удовлетворять противоречивым или даже взаимоисключающим требованиям. Воспитание, основанное на нравоучениях и наказаниях, обычно не приводит к долговременному положительному эффекту: привыкнув подчиняться только из страха, ребенок легко идет на любые проступки, стоит лишь страху ослабнуть. Поэтому жалобы родителей и педагогов на поведение детей следует рассматривать комплексно, с учетом всех возможных ошибок в воспитании.

Большую помощь может оказать в этом семейная психологическая консультация и школьная психологическая служба, где поведение ребенка анализируется в контексте всей совокупности условий его развития. Часто определенные меры психотерапевтической коррекции внутрисемейных отношений помогают решить проблему трудного ребенка.

Важную роль в поведении ребенка и формировании его личности играет школьная успеваемость. Возникшее вследствие разных причин хроническое отставание в учебе может породить у школьника отвращение к учебной деятельности и стремление самоутвердиться иными способами. Нередко неуспевающий ученик противопоставляет себя классу и педагогу, демонстрирует вызывающее и неадекватное поведение.

Нарушение педагогического такта, злоупотребление наказаниями и отрицательными оценками лишь усугубляет возникшее противопоставление. Задача педагога – разобраться в причинах неуспеваемости и попытаться устранить их методами индивидуального подхода к учащемуся. В ряде случаев даже незначительные успехи в учении порождают позитивные сдвиги в поведении ребенка.

Особенности методики физической культуры в работе с трудными подростками.

Для работы с трудными подростками необходимы специальные учебно-воспитательные программы, в которых занятия физическими упражнениями рассматриваются с трех основных позиций: во-первых, как путь оздоровления; во-вторых, как способ организации досуга и привития у подростков общечеловеческих ценностей и идеалов, включая формирование у них интереса, потребности и привычки в здоровом образе жизни, в регулярных занятиях физической культурой и спортом; в-третьих, как фактор управления физическим и психоэмоциональным развитием детей.

Уроки физической культуры, по нашему мнению, будут эффективными, если:

- максимально используются с трудными подростками оздоровительные, воспитательные и развивающие возможности уроков физической культурой;
- комплексно применяются танцевальные, игровые, физкультурно-спортивные и релаксационные средства и методы, адекватные интересам и потребностям трудных подростков.

Анализ существующих программ по физической культуре для общеобразовательной школы позволил сделать вывод о том, что содержание учебного материала по физическому воспитанию для детей группы «риска» должно быть направлено не только на общую физическую подготовку (как это рекомендуется учебной программой школы), а на индивидуальное обучение ведущим признакам моторного развития учащихся, на снижение уровня тревожности посредством применения специальных методик.

По мнению И.К. Дидаровой, комплексная методика, применяемая на занятиях по физической культуре с трудными подростками должна быть, по возможности, направлена на формирование интереса к занятиям двигательной деятельностью, повышение уровня физической подготовленности, а также изменение

стереотипов подросткового мышления и поведения . Уроки физической культуры должны быть направлены на решение следующих задач:
- укрепление здоровья подростков;
- повышение функциональных и адаптационных возможностей организма;
- совершенствование двигательных навыков;
- развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы;
- формирование норм поведения.

В содержание уроков по физической культуре можно включать различные виды физических упражнений: элементы современного танца, релаксационные упражнения, спортивные, подвижные и национальные игры, упражнения на расслабление и тактильный контакт, дыхательные упражнения и психогимнастика.

Танцевальная двигательная подготовка может использоваться для решения следующих задач:
- развитие физических способностей подростка;
- наиболее полное самовыражение его личности;
- катарсическое высвобождение подавляемых эмоций и отношений;
- коррекция системы отношений личности;
- коррекция отношений в группе и, как следствие, поведения;
- изменение стереотипов поведения.

Главной задачей танцевально-двигательного воздействия является освобождение подростков от негативного опыта и комплексов, связанных с недооценкой, боязнью своего тела; освобождение мышц от излишнего напряжения, а также для улучшения физического состояния подростков.

Как нетрадиционная форма обучения на уроках физкультуры могут использоваться простейшие танцы и танцевальные упражнения. Они применяются как общеразвивающие упражнения для вводной и заключительной частей урока. Обычно это очень простые, ритмичные упражнения, эмоционально выполняемые под музыку. Ученики танцуют с большой охотой. С помощью таких упражнений учитель успешно решает намеченные задачи: подготовить организм занимающихся к предстоящей нагрузке, повысить их эмоциональное состояние.

Танцы различаются по степени подвижности, что даёт возможность регулировать нагрузку. Нагрузка дифференцируется также количеством повторений танцевальных упражнений. Танцевальные упражнения учитель может разрабатывать совместно со специалистом по хореографии.

Подвижная игра способствует не только воспитанию физических способностей, но и укреплению здоровья, всех функций организма, закаливанию (особенно на свежем воздухе) и профилактике соматических заболеваний. Но для того, чтобы вызвать интерес у подростков с девиантным поведением, нужно осуществить правильный выбор игры, учитывая возможности ребенка, и не заставить его переживать неуспех. По нашему мнению, это должны быть игры, направленные на снятие стресса, установление отношений доверия, способствующие самовыражению ребенка, поддерживающие и корректирующие самооценку подростка. Это различные спортивные игры, подвижные игры, военнизированные игры, спартианские игры (В.И. Столяров).

Тема лекционного занятия: Взаимодействие педагога по физической культуре с детьми сиротами.

Цели занятия: изучить взаимодействие педагога по физической культуре с детьми сиротами.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Взаимодействие педагога по физической культуре с детьми-сиротами направлено на укрепление здоровья, оптимизацию физического и психофизиологического состояния в процессе их социализации и адаптации к условиям жизни.

Некоторые формы такого взаимодействия:

- комплекс утренних закаливающих мероприятий;
- физкультминутки и физкультпаузы;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия после дневного сна;
- организованная физкультурно-спортивная деятельность на прогулках;

- индивидуальные физкультурные занятия;
- физкультурные досуги, походы;
- спортивные развлечения и праздники.

Цель внеурочных форм занятий — на основе интересов и склонностей воспитанников расширить знания и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей и нравственных качеств, приобщить воспитанников к регулярным занятиям.

При планировании физкультурно-оздоровительной работы важно учитывать оценку состояния здоровья воспитанников, общее количество здоровых детей, непрерывность процесса физического воспитания и необходимость проведения мероприятий во второй половине дня.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.1.

1. Выявление и изучение детей с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании.
2. **Варианты организации физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями.**
3. **Формы физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями в системе дополнительного образования.**
4. **Психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями.**
5. Средства и методы ***физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями в системе дополнительного образования.***

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.2.

1. **Базовые характеристики физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы педагога по физической культуре в системе дополнительного образования с детьми с ограниченными возможностями здоровья**
2. **Варианты включения детей с ограниченными возможностями здоровья в деятельность в сфере дополнительного образования и модели специальных условий**

3. **Взаимодействие педагога по физической культуре дополнительного образования с детьми с ограниченными возможностями здоровья и другими участниками образовательной деятельности**

4. **Условия работы педагога по физической культуре с детьми с ограниченными возможностями здоровья в сфере дополнительного образования.**

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.1.

1. Понятие девиантного поведения и агрессии.
2. Отклоняющееся поведение и его причины.
3. Подростковый возраст и его общая характеристика.
4. Агрессия и девиантное поведение.
5. Организация физкультурно-спортивной работы с обучающимися с девиантным поведением.
6. Организация физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися с девиантным поведением

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Взаимодействие педагога по физической культуре с детьми сиротами**.**

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.2.

1. Сиротство как социальная проблема
2. Черты современного сиротства
3. Особенности психического развития детей-сирот
4. Трудности социализации детей-сирот и критерии их преодоления
5. Варианты организации дополнительного образования детей-сирот
6. Особенности содержания, форм и методов дополнительного образования детей-сирот
7. Особенности социального взаимодействия детей-сирот
8. Трудности взаимодействия педагога по физической культуре с детьми-сиротами: причины и способы их преодоления
9. Профессиональная позиция педагога дополнительного образования во взаимодействии с детьми сиротами
10. Особенности организации физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми-сиротами

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями. Тема 1.1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.2. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 2. Организация оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением. Взаимодействие педагога с детьми-сиротами. Тема 2.1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Взаимодействие педагога по физической культуре с детьми сиротами	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

2. Государственная политика в сфере образования обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

3. Обучающиеся с особыми образовательными потребностями: сущность понятия, признаки и нозологии обучающихся

4. Особенности личности обучающихся с особыми образовательными потребностями

6. Концептуальные основы сопровождения обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Теоретические основы психолого-педагогического сопровождения детей с девиантным поведением

2. Факторы формирования девиантного поведения несовершеннолетних

3. Специфика психолого-педагогического сопровождения детей с девиантным поведением в системе дополнительного образования

4. Организация профилактики девиантного поведения обучающихся в системе дополнительного образования детей с помощью средств и методов физической культуры

5. Организация помощи детям с различными нарушениями поведения

6. Особенности взаимодействия педагога по физической культуре с детьми-сиротами

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

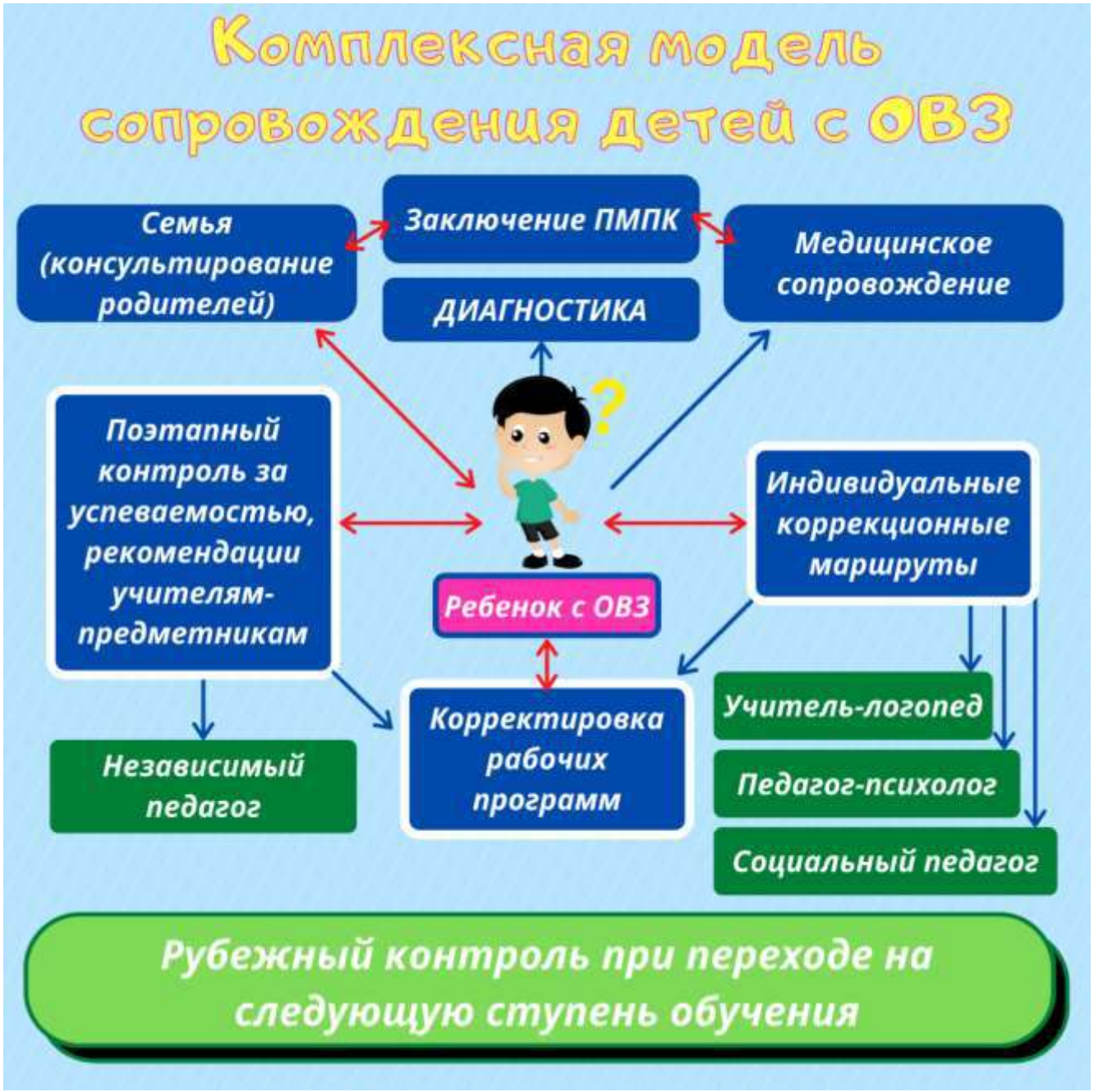
РАЗДЕЛ 1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Тема 1.1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы обучающихся с особыми образовательными потребностями в дополнительном образовании

Обучающиеся с особыми образовательными потребностями

Профессиональный стандарт педагога (трудовые действия)

«Освоение и применение психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с **ограниченными возможностями здоровья**, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью».


Комплексная модель сопровождения детей с ОВЗ
Семья (консультирование родителей)
Заключение ПМПК
ДИАГНОСТИКА
Медицинское сопровождение
Поэтапный контроль за успеваемостью, рекомендации учителям-предметникам
Индивидуальные коррекционные маршруты
Ребенок с ОВЗ
Независимый педагог
Корректировка рабочих программ
Учитель-логопед
Педагог-психолог
Социальный педагог
Рубежный контроль при переходе на следующую ступень обучения

Адаптивное физическое воспитание (образование) – компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья (с ОВЗ) в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.



Тема 1.2. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья**.**

Адаптивное физическое воспитание по ФГОС

- В соответствии с ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ (утв. Приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 года № 1598) и ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (утв. Приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 года № 1599) в примерных адаптированных основных общеобразовательных программах начального общего образования на изучение физической культуры отведено 3 часа в неделю в каждом классе.
- Во внеурочную деятельность включены коррекционно-развивающие занятия по музыкальной ритмике и ЛФК (1-2 часа в неделю), что будет существенным дополнением физкультурных занятий.
- Занятия по ФК (АФК) может проводить специалист (учитель) с образованием по направлению 49.03.02 АФК или 49.03.01 ФК с последующим повышением квалификации по адаптивной физической культуре.



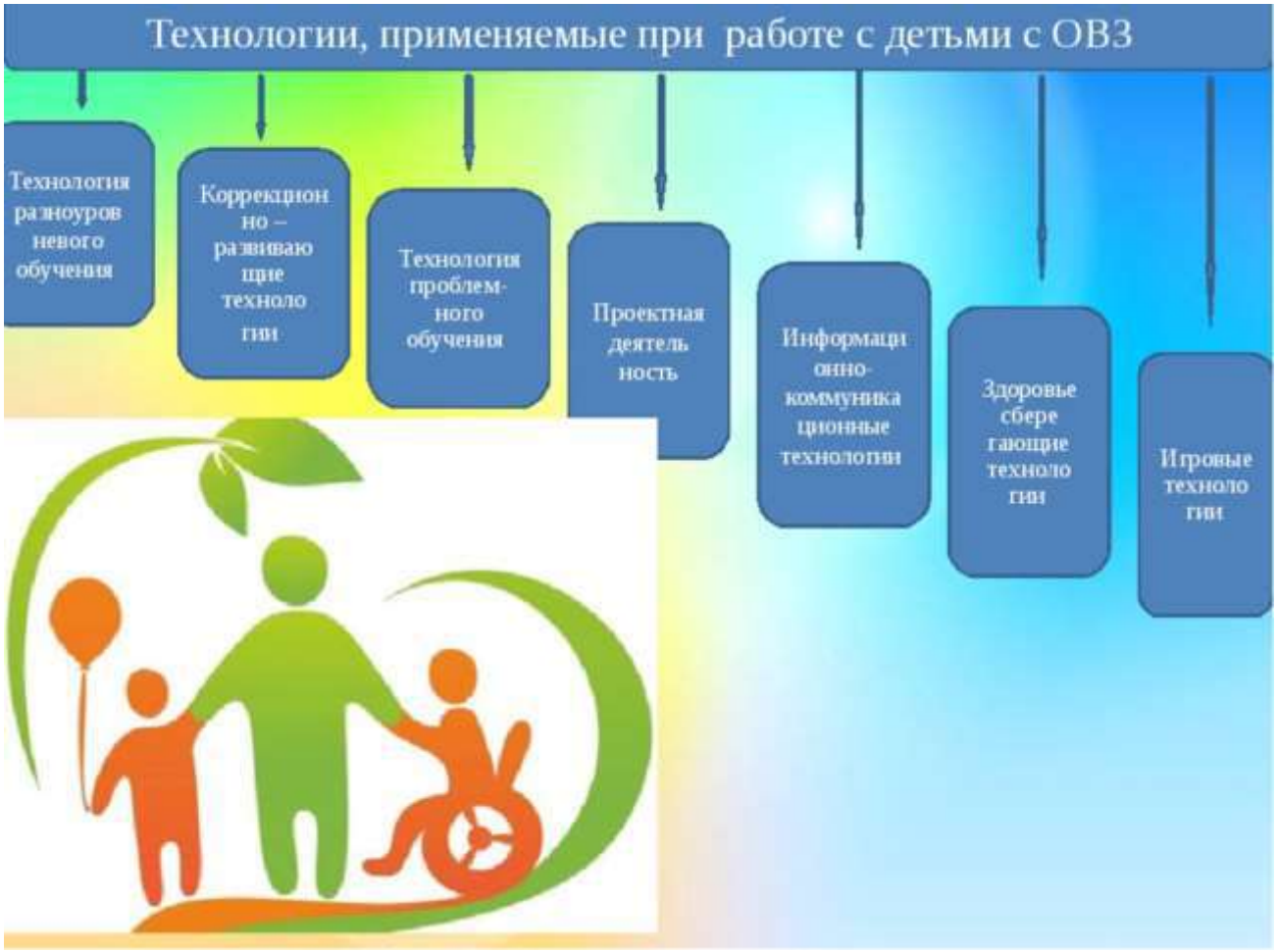


Задачи коррекционной работы

- -Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками;
- -Способствование формированию двигательных навыков и умений;
- -Укрепление связочно-мышечного аппарата;
- -Постановка правильной осанки, улучшение координации движений;







РАЗДЕЛ 2. Организация оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением. Взаимодействие педагога с детьми-сиротами.

Тема 2.1. Организация физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с девиантным поведением.



Система профилактики девиантного поведения учащихся в образовательном учреждении включает в себя в качестве первоочередных следующие меры:

- создание комплекеных групп специалистов, обеспечивающих социальную защиту детей (социальные педагоги, психологи, медики и др.);

- создание воспитывающей среды, позволяющей гармонизировать отношение детей со своим ближайшим окружением в семье, по месту жительства, работы, учебы;

- создание групп поддержки из специалистов различного профиля, обучающих родителей решению проблем, связанных с детьми;

- организацию детского досуга. Большую роль в организации досуга детей и подростков на сегодняшний день могут сыграть учреждения дополнительного образования. Профилактика девиаций через включение ребенка в деятельность ДО подкрепляется возможностью создания ситуаций самореализации, самовыражения и самоутверждения для каждого конкретного ребенка.

- информационно-просветительскую работу.



Спортивно-оздоровительная деятельность учащихся по профилактике девиантного поведения должна включать комплекс занятий в спортивных залах, бассейнах, организацию спортивно-туристических сборов, обучающих семинаров и тренингов и др. Включенное и невключенное наблюдение за школьниками позволит выявить мотивы и потребности в зависимости от социальной обстановки. В формировании позитивных мотивов и потребностей большую роль играет стремление соответствовать социальным нормам и стандартам, расширение знаний о пользе и необходимости физических упражнений, повышение интереса к модным видам спорта и воздействие средств массовой информации.







Тема 2.2. Взаимодействие педагога по физической культуре с детьми сиротами.

Цель и задачи физического воспитания.

- **Укрепление и улучшение здоровья, улучшение и исправление осанки, содействие гармоничному физическому развитию, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;**
- **Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями;**
- **Восстановление и дальнейшее развитие координационных способностей;**








УРОК
ЗДОРОВЬЯ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ТЕХНОЛОГИИ РАБОТЫ С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ –
ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Форма обучения
Очная, заочная

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ, ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.
- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.
- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.
- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.
- Лекция-беседа – непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией, диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.
- Лекция-дискуссия – свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

– Лекция с применением обратной связи – особый тип лекционного занятия, при котором в начале и конце каждого раздела лекции преподавателем задаются вопросы. Вопрос в начале раздела задается для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

– Проблемная лекция – опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить для проведения лекции презентацию, которую можно органично интегрировать во все вышеупомянутые типы лекций в качестве формы визуальной поддержки.

В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов – это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
Раздел 1. Теоретические основы проблемы развития детской одаренности	
Тема 1.1 Одаренность как психолого-педагогическое понятие	Одаренность как социокультурный феномен. Одаренность: смыслы понятия и контексты исследования в перспективе "Педагогики и психологии одаренности". Анализ определений одаренности. Модели одаренности. Эволюция представлений о детской одаренности и работе с одаренными детьми. Признаки одаренности. Виды одаренности. Модели одаренности. Характеристика одаренности в зарубежной и отечественной психологии и педагогике. Современные представления об одарённости и одарённом ребёнке. «Рабочая концепция одаренности»
Тема 1.2. Социально-психологический портрет одаренного ребенка	Влияние социальной среды на одаренность. Особенности когнитивного и психосоциального развития одаренных детей. Познавательная потребность. Психосоциальная чувствительность одаренного ребенка. Физические

	характеристики одаренного ребенка. Проявление детской одаренности (сверхчуствительность к проблемам, надситуативная активность, высокий уровень развития логического мышления, дивергентное мышление, оригинальность, гибкость мышления, легкость генерирования идей, легкость ассоциирования, антиципационные способности, высокая концентрация внимания, особенности склонностей и интересов, перфекционизм, самостоятельность, социальная автономность, эгоцентризм, лидерство, творческое восприятие случайностей). Особенности эмоционального развития. Особенности системы отношений и поведенческие особенности, свидетельствующие о социально-психологической дезадаптации одаренных детей. Дисгармоничное развитие одаренных детей.
Раздел 2. Работа с одаренными детьми в образовательной организации	
Тема 2.1 Развитие детской одарённости - актуальная задача современного образования	Цели и задачи работы с одаренными детьми в образовательной организации: выявление и создание условий их оптимального развития. Стратегия работы с одаренными детьми. Методика организации обучения одаренных детей. Принципы работы с одаренными детьми: индивидуализации обучения, свободы выбора учащимися дополнительных образовательных услуг, максимального разнообразия предоставленных возможностей, возрастания роли внеурочной деятельности, особого внимания к проблеме межпредметных связей в индивидуальной работе с учащимися, создания условий для совместной работы учащихся при минимальном участии учителя. Выявление и поддержка одаренности
Тема 2.2 Организация и ресурсное обеспечение работы с одаренными детьми в образовательной организации	Создание условий работы в образовательном учреждении с одарёнными детьми. Стимулирование и поощрение интеллектуальной и творческой деятельности одарённых детей. Многообразие форм и методов педагогического обеспечения развития одарённости детей в образовательной деятельности. Планирование

	педагогической деятельности с одаренными детьми. Подготовка педагогов к работе с одаренными детьми. Анализ эффективности и качества работы с одаренными детьми. Реализация индивидуального маршрута одаренного ребенка в процессе обучения и воспитания. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей. Готовность педагога к работе с одарёнными детьми. Диагностика одаренности. Разные уровни решения задач диагностики детской одаренности. Принципы диагностики детской одаренности. Основные модели диагностики одаренности
Раздел 3. Применение современных образовательных технологий в процессе обучения и воспитания одаренных детей	
Тема 3.1 Дидактические технологии в работе с одаренными детьми	Технологический подход в образовании. Технологичность как современный тренд в образовании. Феномен педагогической технологии: понятийно-терминологический анализ. Соотношение «технологии» и других педагогических понятий. Основные качества современных педагогических технологий. Критерии технологичности. Признаки инновационных педагогических технологий. Классификация педагогических технологий. Мировой и отечественный опыт осуществления технологий в работе с одаренными детьми. Образовательные технологии: определение понятия, характеристики, признаки, классификации. Особенности применения современных образовательных технологий в процессе обучения и воспитания одаренных детей. Технология развития критического мышления. Исследовательские, частично-поисковые, проблемные, проектные технологии. Проблемные технологии. Интерактивные технологии.
Тема 3.2 Технологии воспитания одаренных детей	Тренды воспитания в современных условиях. Воспитательные технологии: понятие, классификации. Ценностный потенциал воспитательных технологий. Гуманно-личностная технология Ш.А. Амонашвили. Технология гуманного коллективного воспитания В.А. Сухомлинского. Технология совместного

	творчества воспитания С.Т. Шацкого. Технология индивидуального рефлексивного самовоспитания (О.С. Анисимов, П.Г. Щедровицкий). Технология индивидуальной педагогической поддержки в воспитании (О.С. Газман). Технологии воспитания на основе системного подхода (Л.И. Новикова, В.А. Караковский, Н.Л. Селиванова). Технология индивидуального (персонифицированного) воспитания. Коммуникативно-ценностные технологии (философское кафе, ценностные (французские) мастерские, технология TED). Проектные технологии. Технологии сотрудничества. Технологии КТД И. П. Иванова. Технология «Портфолио». Технология педагогической поддержки. Технологии социального воспитания. Игровые технологии. Кейс-технологии**.**

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические занятия – одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических занятий:

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т. д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).
- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.
- Тренинг (англ. training, от train – обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.
- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.
- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия – это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.
- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников – 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.
- Круглый стол – общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.
- Метод «мозговой штурм» («мозговая атака», англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество

вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов – это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.
- Метод портфолио (от англ. portfolio – «портфель», «папка») – современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы проблемы развития детской одаренности

Тема 1.1. Одаренность как психолого-педагогическое понятие

Вопросы для самоподготовки:

1.Одаренные дети в кинематографе /литературе
2. Трудности социальной адаптации одаренных детей (на примере художественных фильмов)
3. Понятие «художественная одаренность» в современной психолого-педагогической литературе
4. Понятие «физическая одаренность» в современной психолого-педагогической литературе
5. Научно-исследовательская деятельность школьников как фактор развития одаренности
6. Научно-исследовательская деятельность младших школьников как фактор развития одаренности
7. Тип одаренности ребенка как основа для самооценки качества жизни младшего (старшего) школьника
8. Развитие детской одаренности в образовательной среде
9. Развитие спортивной одаренности в организациях дополнительного образования
10. Проектирование технологий сопровождения и поддержки талантливых детей и молодежи в системе взаимодействия «школа – вуз»

Тема 1.2. Социально-психологический портрет одаренного ребенка

Вопросы для самоподготовки:

11. Применение коллективных творческих дел в работе с одарёнными обучающимися
12. Взаимоотношения со сверстниками и педагогами одаренных детей
13. Одаренность и гендер
14. Недостатки как продолжение достоинств одаренных детей
15. Творческие дети и их личностные особенности

16. Таланты в литературе: жизнь и творчество
17. Таланты в науке: случайность или призвание
18. Таланты в спорте: труд или увлечение
19. Воспитание одаренного ребенка в семье
20. Детская одаренность: благо или наказание?
21. Понятие «художественная одаренность» в современной психолого-педагогической литературе
22. Талантливые учителя: труд или врожденные качества?
23. Особенности социализации личности одаренного подростка
24. Современные концепции одаренности
25. Феномен детей-вундеркиндов в кинематографе

РАЗДЕЛ 2. Работа с одаренными детьми в современной образовательной организации

Тема 2.1 Развитие детской одарённости - актуальная задача современного образования

Вопросы для самоподготовки:

Задание к кейсу: прочитайте описание одаренного школьника. Подумайте, какие сложности в школе у него возникают, запишите перечень этих сложностей. Обсудите, как строить работу с таким учеником. Запишите не меньше пяти идей о работе с ним.

Кейсы для педагога по работе с одаренными детьми (примеры)

1. Дзампаев Г., ученик 9-го класса. Спортивная одаренность. С трех лет занимается хоккеем. Был в городской детской, а затем в юношеской сборной. В настоящее время в юношеской олимпийской сборной. Веселый, активный, добрый, очень популярный в классе. Интеллектуальные способности средние. Учится неровно. Часто пропускает занятия из-за спортивных соревнований, сборов, тренировок. Есть тройки по геометрии, литературе, физике. Пятерки по английскому, физкультуре, истории.

2. Потапова А., ученица 10-го класса. Интеллектуальная одаренность. Все годы обучения отличница. Старательная, активная, рассудительная. Участница множества олимпиад и конкурсов. В классе отношения неровные. Она дружелюбная, открытая, но почти полкласса считают ее «ботаном», обращаются, когда надо списать, в другие моменты насмешничают. В текущей четверти стала заболевать перед олимпиадами. Классная руководительница поговорила с ней с глазу на глаз. Надя сказала, что устала «ходить везде, на все олимпиады меня, у меня нет свободного времени. Ладно, я пойду (на очередную олимпиаду), но не буду делать хорошо, не хочу идти на областной уровень» (хотя может). Сказала, что ходит на курсы в вуз, куда хочет поступить, и для нее важно иметь время на это и на свои интересы, а школе столько сил и времени, как раньше, она уделять на будет.

3. Петя Ж., ученик 3-го класса. Интеллектуальная одаренность. Мальчик самостоятельный, родители много работают, дома с ним остается бабушка, пока не вернутся родители с работы. Бабушка забоится о еде, одежде, играет, гуляет, но не занимается с ним интеллектуальными занятиями. Мальчик очень умный и эрудированный, схватывает на лету, ошибок не делает, понимает все быстрее остальных. Любые задания повышенной сложности решает очень быстро. Имеет отличную память, прекрасную речь, мгновенно считает в уме. Но у него очень плохой неразборчивый неустоявшийся почерк, и он стал лениться делать задания, требующие усидчивости и монотонного повторения (учить таблицу умножения – вместо этого быстро считает в уме удобными способами, прописывать красиво работы). Успеваемость ниже многих ровесников, потому что много помарок в работах. Любит онлайн-олимпиады. Жалуется, что в школе скучно, почти всегда скучно. Старается под благовидными предлогами пропускать школу.

Тема 2.2. Организация и ресурсное обеспечение работы с одаренными детьми в образовательной организации

Вопросы для самоподготовки:

Задание к кейсу: прочитайте описание одаренного школьника. Подумайте, какие сложности в школе у него возникают, запишите перечень этих сложностей. Обсудите, как строить работу с таким учеником. Запишите не меньше пяти идей о работе с ним.

Кейсы для педагога по работе с одаренными детьми (примеры)

4. Марина О., 7-й класс. Художественная одаренность. Победитель городских и областных конкурсов. Увлеченно рисует. Иллюстрирует свои работы по гуманитарным предметам. Нарисовала множество обучающих карточек для учеников начальной школы по просьбе первой учительницы. Оформила по просьбе классного руководителя кабинет плакатами, росписью. В тетрадях старается писать очень красиво. У нее исключительно красивый каллиграфический почерк. Пишет медленно, из-за этого часто не успевает писать в одном темпе с классом. Несколько медлительная, мечтательная, красивая, много заботится о внешности. До 7-го класса училась на 4 и 5, теперь успеваемость стала падать. Дома не садится за уроки до ночи, рисует. Уроки выполняет медленно, неохотно, постоянно отвлекается.

5. Миша Д., 7-й класс. Артистическая одаренность. Познавательные способности на уровне высокой нормы. Учится хорошо. Но с ним много трудностей на уроках: говорит не переставая, у доски всегда устраивает шоу, говорит на разные голоса, изображает ученого, учителя, дурака и т. д. С начала года у него стал дерзкий и непонятный педагогам имидж с креативной прической, одеждой и т. п. Хочет поступать в театральное. Многих учителей раздражает своим видом, неуместной активностью, постоянными попытками быть в центре внимания, игрой на аудиторию. В классе популярен, но некоторые одноклассники ругаются, что он не дает слушать или слишком долго отвечает у доски.

РАЗДЕЛ 3. Применение современных образовательных технологий в процессе обучения и воспитания одаренных детей

Тема 3.2. Технологии воспитания в работе с одаренными детьми

Вопросы для самоподготовки:

1. Интерактивные технологии в работе с одаренными детьми
2. Ситуационные технологии в работе с одаренными детьми
3. Игровые технологии в работе с одаренными детьми
4. Проблемные технологии в работе с одаренными детьми
5. Технологии развития критического мышления в работе с одаренными детьми
6. Модульные технологии в работе с одаренными детьми
7. Дискуссионные технологии в работе с одаренными детьми
8. Конкурсные технологии в работе с одаренными детьми
9. Проектные технологии в работе с одаренными детьми
10. Исследовательские технологии в работе с одаренными детьми
11. Технология самоуправления (И.П. Иванов) в работе в одаренными детьми
12. Технология формирования лидерских, менеджерских качеств (Д. Карнеги) в рабоет с одаренными детьми
13. Учитель для одаренных: система взглядов и убеждений, личностные особенности.
14. Специфика работы педагога с семьей одаренного ребенка

Тема 3.2. Основные цели и задачи деятельности классного руководителя

Вопросы для самоподготовки:

15. Олимпиада как форма работы с одаренными детьми
16. Диагностика специальной одаренности – тесты способностей.
17. Обучение одаренных детей в системе дополнительного образования
18. Диагностика общей одаренности – тесты интеллекта.
19. Диагностика креативности
20. Специфика работы педагога с одаренными детьми и подростками
21. Методики раннего развития способностей
22. Тренинги развития интеллекта, творческих способностей, личностных качеств, сопутствующих одаренности.
23. Педагогическое стимулирование развития одаренного ребенка в общеобразовательной организации
24. Особенности воспитательной работы с творчески одаренными детьми
25. Технология самосовершенствования личности (Г.К. Селевко) в работе с одаренными детьми
26. Технология свободного воспитания (М. Монтессори, Р. Штерн) в работе с одаренными детьми.
27. Технология самоопределения личности (А.Н. Тубельский) в работе с одаренными детьми

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекционных, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к лекционному занятию заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к практическому занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения практического занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью

отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той

или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Критерии оценки выполнения кейс-задания

- умение провести разбор ситуации;
- уровень аргументации, способность отстаивать свою точку зрения;
- способность принимать управленческие решения;
- качество оформления отчета.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;

6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.

2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;

- тема презентации;

- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;

- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;

- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.

2. Правильность оформления титульного слайда.

3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.

4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.

5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;
- знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- свободное владение терминологией;
- ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;
- ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;
- единичные ошибки в терминологии;
- ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

- ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;
- логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.		Протокол заседания кафедры № ____ от «____» _____ 20____ года	__.__.____
2.		Протокол заседания кафедры № ____ от «____» _____ 20____ года	__.__.____
3.		Протокол заседания кафедры № ____ от «____» _____ 20____ года	__.__.____
4.		Протокол заседания кафедры № ____ от «____» _____ 20____ года	__.__.____

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Основы государственной политики в сфере межэтнических и межконфессиональных отношений

Направление подготовки
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт

показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной

литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;

– приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Этнокультурный облик и религиозный состав российского народа

Цели занятия: изучить национальный (этнический) состав населения России, религии и конфессии России, историю национальной и религиозной политики России.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Российская идентичность и межнациональные отношения. Современные подходы к пониманию феномена этнического самосознания и гражданской идентичности. Этническое многообразие регионов России. Коренные малочисленные народы. Этнодемографические особенности регионов России. Языковой состав населения России. Перепись населения и реализация прав на самоопределение национальной принадлежности. Основные сведения о религиозных традициях на территории России (история, вероучение, принципы организации религиозных институтов): христианство (православие, католицизм, протестантизм), ислам, иудаизм, буддизм. Обряды религий и конфессий России, их традиционный календарь, праздники и правила поведения в храмах, мечетях, синагогах, дацанах и других культовых сооружениях. Государственно- религиозные отношения в России и ее регионах. Причины, разновидности и методы профилактики религиозного экстремизма. Соотношение понятий "народ" и "нация". Представления об этнической и гражданской нации. Понятие "гражданской идентичности". Российская идентичность и ее региональный аспект. Укрепление российской идентичности. Межнациональные (межэтнические) отношения в регионах России

Тема лекционного занятия: Стратегия государственной национальной политики Российской Федерации

Цели занятия: изучить особенности формирования современной стратегии государственной национальной политики Российской Федерации; правовые основы

государственной национальной политики; стратегическое планирование государственной национальной политики.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Государственные институты: деятельность органов государственной власти в сфере национальной политик. Вопросы федерализма и национальная политика в Российской Федерации в 1990-е годы (Федеративный договор от 31 марта 1992 г., Конституция Российской Федерации от 12 декабря 1993 г., Концепция государственной национальной политики Российской Федерации от 15 июня 1996 г. Становление современной структуры управления, государственной национальной политикой. Основные понятия, цели, задачи Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 г. Конституционные положения, международные стандарты. Принцип разграничения предметов ведения и полномочий между органами государственной власти федерального и регионального уровней в регулировании межнациональных отношений, а также участие органов местного самоуправления в решении вопросов национальной политики: федеральный уровень регулирования, правовое регулирование на уровне субъектов федерации, правовые акты муниципального уровня. Стратегическое планирование как важнейший элемент в системе государственного и муниципального управления. Корректировка и совершенствование Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 г. Стратегия государственной национальной политики и документы стратегического планирования в смежных областях. Концепция устойчивого развития коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации. Государственная национальная политика и государственные программы Российской Федерации. Государственная национальная политика и национальные проекты. Меры государственной поддержки языкового многообразия в Российской Федерации. Поддержка русского языка как государственного языка Российской Федерации. Полномочия органов государственной власти в сфере государственной национальной политики. Президент Российской Федерации. Правительство Российской Федерации. Федеральное агентство по делам национальностей. Межведомственное взаимодействие в сфере государственной национальной политики, полномочия иных органов государственной власти. Участие органов государственной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в реализации государственной национальной политики. Деятельность совещательных, консультативных советов при органах государственной власти. Перспективы внедрения инновационных цифровых технологий в сфере реализации государственной национальной политики.

Тема лекционного занятия: Государственная национальная политика и российское общество. Основы государственной политики в сфере межэтнических и межконфессиональных отношений.

Цели занятия: изучить миграцию населения и миграционную политику России. Этнополитические конфликты и методы их разрешения

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Деятельность общественных организаций, действующих в сфере государственной национальной политики. Общероссийские общественные организации и объединения. Роль некоммерческих организаций в гармонизации межнациональных отношений. Законодательное регулирование деятельности некоммерческих организаций. Проектная деятельность некоммерческих организаций. направленная на обеспечение межнационального согласия, этнокультурное развитие народов Российской Федерации. Особенности национально-культурных автономий как института гражданского общества в Российской Федерации. Взаимодействие общественных организаций с международными институтами в сфере национальных и религиозных отношений. Роль экспертных и консультативных институтов. Определение понятий миграция и миграционная политика.

Социально-профессиональный и этнический состав современных миграций в России, их объемы, географическая направленность, демографические, инфраструктурные и экономические результаты. Индикаторы адаптации и интеграции: политико-правовые, социально-культурные, социально-экономические, социально-психологические. Концепция государственной миграционной политики Российской Федерации на 2019 - 2025 гг. от 31 октября 2018 г. Основные направления государственной политики Российской Федерации в отношении соотечественников, проживающих за рубежом. Полномочия федеральных органов государственной власти и органов власти субъектов Российской Федерации по вопросам социальной адаптации и интеграции мигрантов. Региональные практики адаптации и интеграции мигрантов в субъектах Российской Федерации. Сущность и типы этнополитического конфликта. Урегулирование этнических конфликтов. Нормативный, принудительно-переговорный, эмоционально-психологический, силовой и интегративный подходы. Роль государства в решении этнополитических проблем, в том числе в разрешении конфликтов. Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 г. от 29 мая 2020 г. Профилактика экстремизма и предупреждение конфликтов на национальной и религиозной почве.

Тема лекционного занятия: Государственная национальная политика в образовательной и информационной сферах.

Цели занятия: изучить образовательную сферу и молодежь в реализации государственной национальной политики. Информационное обеспечение национальной политики

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Информационная лекция с мультимедийным сопровождением

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Школа в системе государственной национальной политики. Воспитание и обучение культуре межэтнического общения. Обеспечение детям и молодежи равных прав и возможностей в области образования независимо от национальности и места проживания. Обеспечение возможности для изучения русского языка и родных языков. Форма и методы трансляции общегражданских ценностей в молодежной среде. Механизмы и инструменты реализации государственной национальной политики в молодежной среде. Особенности формирования

тематической повестки межнациональных мероприятий, форумов, слетов. Профилактика ксенофобии и экстремизма в молодежной среде.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 1. Этнокультурный облик и религиозный состав российского народа	Самостоятельное изучение материала темы Подготовка реферата Выполнение кейс – задания
Тема 2. Стратегия государственной национальной политики Российской Федерации	Самостоятельное изучение материала темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 3. Государственная национальная политика и российское общество. Основы государственной политики в сфере межэтнических и межконфессиональных отношений.	Самостоятельное изучение материала темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания
Тема 4. Государственная национальная политика в образовательной и информационной сферах.	Самостоятельное изучение материала темы Подготовка реферата Выполнение кейс - задания

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к теме 1

Перечень вопросов для самостоятельной работы к теме 1:

1. Теории этноса и этничности
2. Понятия этнос, нация, национальность, народность.
3. Этнические традиции: сущность и функции.
4. Этноидентификация: сущность и факторы.

5. Сущность и модели этнополитики
6. Управление этнонациональными отношениями в Российской империи.
7. Этнонационализм как социальная проблема.
8. Исторический опыт решения проблемы этнонационализма.
9. Энонациональный вопрос в современном государстве.
10. Национализм как доктрина.

Задания для самостоятельной работы к теме 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к теме 2:

1. Понятие государственно-конфессиональных отношений. Типология государств по моделям государственно-конфессиональных отношений.
2. Государственно-конфессиональные отношения в России.
3. Принципы государственно-конфессиональных отношений.
4. Теократическое государство.
5. Светское государство: основные характеристики и особенности.
6. Понятие религиозного объединения и религиозной группы.
7. Общая характеристика законодательства о свободе совести и религиозных объединениях. Нормы, обеспечивающие равноправие граждан независимо от их отношения к религии.
8. Федеральное законодательство о свободе совести и религиозных объединениях.
9. Региональные особенности законодательства субъектов Российской Федерации о свободе совести и религиозных объединениях.
10. Акты органов местного самоуправления в области свободы совести и религиозных объединений

Задания для самостоятельной работы к теме 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к теме 3:

1. Национальные интересы России в сфере национальных и религиозных отношений и их обеспечение.
2. Источники угроз безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в современной России.
3. Внешние источники угроз безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений России: деятельность иностранных разведывательных и информационных структур; обострение международной конкуренции за обладание информационными технологиями; деятельность международных террористических организаций; разработка концепций информационных войн.
4. Внутренние источники угроз безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений России: кризисное состояние отдельных отраслей промышленности; недостаточная разработанность нормативной правовой базы; неразвитость институтов гражданского общества; снижение эффективности системы образования и воспитания.
5. Цели и задачи государства в обеспечении безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в современной России.

6. Национальная безопасность, единство системы государственной власти, равенство прав и свобод человека и гражданина независимо от расы, национальности, языка, происхождения, имущественного и должностного положения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным объединениям как принципы государственной национальной политики Российской Федерации

Задания для самостоятельной работы к теме 4
Перечень вопросов для самостоятельной работы к теме 4:

1. Основные нормативно-правовые акты в области защиты межконфессиональных и межэтнических отношений.
2. Уголовная и административная ответственность за проявления экстремизма на почве межэтнической и межконфессиональной розни.
3. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности», Федеральный закон «Об общественных объединениях», Федеральный закон «О национально-культурной автономии», Федеральный закон «О свободе совести и о религиозных объединениях».
4. Органы (подразделения), обеспечивающие безопасность межконфессиональных и межэтнических отношений, цели и задачи их деятельности
5. Службы, организующие защиту граждан от угроз в сфере религиозных и национальных отношений на уровне организации, предприятия.
6. Структура государственных органов, обеспечивающих информационную безопасность в сфере межконфессиональных и межэтнических отношений.
7. Взаимодействие государственных и муниципальных органов с институтами гражданского общества при реализации государственной политики в сфере межконфессиональных и межэтнических отношений

Перечень тем рефератов

1. Особенности обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в различных сферах общественной жизни.
2. Основные направления государственной политики обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений.
3. Первоочередные мероприятия по реализации государственной политики обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в России.
4. Основные группы научных проблем обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в России.
5. Пути решения гуманитарных, научно-технических и кадровых проблем в сфере обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в различных сферах общественной жизни
6. Методы обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений.
7. Общие методы обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в России: правовые, организационно-технические и экономические.

8. Правовые методы обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений: разработка нормативных правовых актов, регламентирующих отношения в сфере межконфессиональных и межэтнических отношений; разграничение полномочий в области обеспечения межконфессиональных и межэтнических отношений между федеральными органами государственной власти и органами государственной власти субъектов России.
9. Организационно-технические методы обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений: создание и совершенствование системы обеспечения межконфессиональных и межэтнических отношений; противодействие опасностям религиозно-политического экстремизма, а также угрозам в сфере национальных отношений.
10. Экономические меры обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений: разработка программы обеспечения безопасности межконфессиональных и межэтнических отношений в России и определение порядка ее финансирования; совершенствование системы финансирования работ, связанных с реализацией правовых и организационно-технических методов в сфере обеспечения безопасности национальных и религиозных отношений.

Практические задания

Работа выполняется на практических занятиях группами студентов по 4-5 человек.

1. Задание 1. Описать организационную структуру, органа публичной власти, ответственного за регулирование этнонациональных отношений на уровне Российской Федерации, показать распределение функций, полномочий и ответственности между исполнителями. Привести примеры современных технологий государственного и муниципального управления, применимых в процессе регулирования этнонациональных отношений.
2. Задание 2. Описать организационную структуру, органа публичной власти, ответственного за регулирование межконфессиональных отношений на уровне субъекта Российской Федерации, показать распределение функций, полномочий и ответственности между исполнителями. Привести примеры современных технологий государственного и муниципального управления, применимых в процессе регулирования межконфессиональных отношений.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными

материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в

конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических

знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия 1:
Психология воспитания: предмет, цели и контексты

Цели занятия:
– Сформировать у студентов понимание воспитания как психологического процесса.
– Показать отличия воспитания от смежных категорий: обучения, социализации, дрессировки.
– Раскрыть ключевые функции и механизмы воспитания с позиции психологии.
– Рассмотреть влияние социокультурных, цифровых и институциональных контекстов на воспитание.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, фронтальная беседа, уточняющие вопросы, разбор определений, обсуждение примеров, фиксация понятий на доске. Подчёркивание различий между школами. Вовлечение через уточнение личного опыта студентов.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Психология воспитания как научная дисциплина
– В педагогике воспитание традиционно понимается как целенаправленная деятельность по формированию личности.
– В психологии акцент смещается на внутренние процессы: усвоение норм, интериоризация, формирование мотиваций и смыслов.
– Психологический подход: воспитание — это **внутреннее изменение**, вызванное **внешним взаимодействием**, которое становится **значимым**.

Ключевое определение (на доску):
Воспитание — это процесс интериоризации ценностей и норм личности под влиянием социального окружения и значимых других (Бернс, Выготский, Эльконин, Леонтьев).

2. Основные теоретические подходы к пониманию воспитания
– **Психоанализ (Фрейд, Эриксон):** воспитание связано с формированием Супер-Эго через механизмы идентификации и подавления.
– **Бихевиоризм (Скиннер, Торндайк):** воспитание — закрепление желаемого поведения через подкрепление и наказание.
– **Когнитивная теория (Пиаже, Кольберг):** развитие морального мышления — основа воспитания (от внешней морали к автономной).
– **Гуманистическая психология (Маслоу, Роджерс):** воспитание как создание условий для самоактуализации и аутентичности.
– **Культурно-исторический подход (Выготский):** воспитание — интериоризация социальных норм через посредника (взрослого, культуру, язык).
– **Современные конструктивистские модели:** акцент на воспитании как диалоге, обмене смыслами (Бахтин, Корчак).

Комментарий преподавателю: в таблице сравните цели и методы подходов. Уточните, что реальная практика чаще эклектична.

3. Отличие воспитания от смежных понятий

Категория	Цель	Механизм	Ориентация
Обучение	Передача знаний	Инструктаж, упражнение	На знания
Социализация	Адаптация к нормам общества	Подражание, санкции	На среду
Воспитание	Формирование внутренней позиции	Интериоризация, смысл, идентификация	На личность

Пояснение: воспитание всегда предполагает **внутренний выбор**. Формальное выполнение не есть результат воспитания.

Вопрос к аудитории: *Можно ли быть социализированным, но не воспитанным?*

4. Функции воспитания в психологии
– **Смыслообразующая функция** (Леонтьев): формирование отношения к миру и себе.
– **Нормативно-регулятивная**: освоение социальных норм как личных принципов.
– **Мотивационно-волевая**: развитие способности действовать по внутренним основаниям.
– **Ценностно-идентификационная**: кто я, с кем я себя соотношу.

Методы: беседа, дискуссия, личный пример, групповая рефлексия, проектная деятельность.

5. Механизмы воспитательного воздействия
– **Интериоризация** (Выготский): переход внешних норм во внутренние убеждения.
– **Идентификация**: бессознательное присвоение черт значимого взрослого.
– **Подражание**: копирование поведения как способ усвоения модели.
– **Моральная дилемма** (Кольберг): развитие через столкновение с этическим выбором.
– **Рефлексия**: осмысление собственного поведения и отношения.

6. Контексты современного воспитания
– **Семья:** первый источник норм, моделей, реакций.
– **Образовательные учреждения:** место институционального воспитания.
– **Цифровая среда:** новые «воспитатели» — алгоритмы, инфлюенсеры, медиа.
– **Культура:** ценности, на которые человек ориентируется.

Комментарий: подчеркнуть, что контексты могут быть как ресурсом, так и угрозой (например, деструктивные субкультуры, токсичный контент).

7. Вызовы воспитания в постмодерне
– **Утрата авторитета взрослого**: личность воспитателя важнее роли.
– **Размытость норм**: противоречивость ценностей, разнообразие идентичностей.
– **Имитация воспитания**: формальные мероприятия без смысловой глубины.
– **Поверхностность общения**: быстрые форматы, клиповое мышление.

Проблемный вопрос: *Можно ли воспитывать в среде, где всё ставится под сомнение?*

8. Основные принципы эффективного воспитания (обобщение):
– Смысл и искренность важнее формы.
– Воспитание требует отношения, а не просто передачи знаний.
– Подлинное воспитание всегда предполагает свободу и ответственность.
– Воспитание — это прежде всего контакт, а не контроль.

Заключение:
– Воспитание — сложный, многоуровневый, контекстуальный процесс.
– Психологическая основа воспитания требует понимания механизмов, а не только форм.
– Преподаватель — не столько передатчик, сколько участник общего смыслового пути.

Тема лекционного занятия 2:
Возрастная динамика воспитательных влияний

Цели занятия:
– Ознакомить студентов с возрастными особенностями восприимчивости к воспитательному воздействию.
– Показать, как возрастные задачи, ведущие виды деятельности и кризисы развития влияют на формы и эффективность воспитания.
– Научить дифференцировать методы воспитания в зависимости от этапа развития личности.
– Раскрыть значение возрастной чувствительности, групповой динамики и ролевых ожиданий.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, пошаговый разбор периодов детства и юности, вопросы к аудитории, комментарии на основе реальных кейсов. Метод «ступенек развития», акценты на типичных ошибках воспитания в разных возрастах.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Психология развития как база для понимания воспитания
– Воспитание не происходит «в вакууме»: оно всегда связано с **возрастной задачей** (Эриксон, Выготский, Эльконин).
– Важно учитывать:
▪ уровень когнитивного развития,
▪ тип привязанности,
▪ эмоциональную регуляцию,
▪ ведущую деятельность,
▪ стремление к автономии.

Простой тезис на доску:
Одна и та же воспитательная фраза по-разному воспринимается в 7 и в 17 лет.

2. Возрастные стадии и чувствительность к воспитанию

а) Ранний и дошкольный возраст (0–7 лет):
– Ведущая деятельность: **предметно-манипулятивная**, затем **ролевая игра**.
– Механизмы воспитания: **подражание, привязанность, эмоциональное подкрепление**.
– Главный взрослый — фигура привязанности.
– Особенности: восприятие добра и зла через конкретные действия, а не абстрактные понятия.
– Ошибки: игнорирование потребности в одобрении, резкие смены модели поведения взрослого.

б) Младший школьный возраст (7–10 лет):
– Ведущая деятельность: **учебная** (по Д.Б. Эльконину).
– Ценности: **успех, старание, признание от взрослого**.
– Способ воспитания: **нормативное одобрение**, поощрение ответственности.
– Роль учителя: нормативный авторитет, источник структуры.
– Психологический механизм: **интериоризация правил** через действие.

в) Подростковый возраст (11–15 лет):
– Период **кризиса идентичности** (Э. Эриксон: стадия «Идентичность vs смешение ролей»).
– Ведущая деятельность: **интимно-личностное общение со сверстниками**.
– Воспитание должно основываться на **диалоге, признании автономии, обсуждении границ**.
– Повышена чувствительность к **неискренности, двойным стандартам, принуждению**.
– Часто: **сопротивление воспитанию** как форма поиска собственной позиции.
– Методы: проблемное обсуждение, нравственные дилеммы (Кольберг), групповые проекты, активная позиция подростка.

вопрос к аудитории:
Какие методы, по-вашему, вызывают у подростков наибольшее раздражение? Почему?

г) Юношеский возраст (16–20 лет):
– Формируется мировоззрение, жизненные цели, самодетерминация.
– Появляется интерес к **ценностным вопросам, социальной ответственности, смыслам**.
– Воспитание = **помощь в самоопределении, открытые дискуссии, признание личной уникальности**.
– Противопоказано: давление, навязчивое «наставничество», обесценивание сомнений.
– Подходит: наставничество по модели партнерства (менторство), дискуссионные форматы, исследовательские формы работы.

3. Психологические риски при нарушении возрастной адресности воспитания
– Пример: попытка морализаторства в младшем школьном возрасте → непонимание и формальное запоминание.
– Или: авторитарные методы в юности → протест или уход в пассивность.
– **Парадоксальная реакция**: чрезмерный контроль → снижение самостоятельности.
– Неучёт потребностей группы сверстников → изоляция подростка, девиации.

Комментарий преподавателю: обсудите примеры из личной или школьной практики студентов.

4. Влияние групповой динамики и социального статуса
– Учащийся оценивает не только слова взрослого, но и реакцию **группы**.
– Появляется феномен **социальной фасада** (соответствие ожиданиям группы, а не внутренним убеждениям).
– В подростковом возрасте важно:
▪ Кто это говорит?
▪ Как на это реагируют другие?
▪ Что я теряю или выигрываю в группе?
– Пример: подросток может игнорировать ценностные беседы, но при этом быть глубоко вовлечённым через групповое действие (например, волонтёрство, квест, творческое мероприятие).

5. Методы, учитывающие возрастную динамику
– **Метод «согласия» (для младшего возраста):** воспитание через выбор из допустимых вариантов.
– **Метод «рефлексивной паузы» (с подростками):** дать подумать, не навязывать.

– **Нравственные дилеммы** (по Кольбергу): рассуждение без «правильного ответа».
– **Социальный проект** (юношеский возраст): соединение идей и действий.
– **Наставничество по модели «равный-равному» (peer-to-peer).**
– Всегда: **учёт ведущей деятельности + уважающее взаимодействие**.

Заключение:
– Воспитание должно быть не просто адресным, но и **синхронным возрасту**.
– Эффективность зависит от того, насколько мы учитываем:
▪ возрастные потребности,
▪ развитие мышления,
▪ социальный фон и статус,
▪ способ идентификации.
– Воспитание становится искусством настройки на волну развивающейся личности.

Тема лекционного занятия 3:
Теории и модели воспитания в психологии

Цели занятия:
– Ознакомить студентов с ключевыми психологическими теориями воспитания.
– Показать, как разные научные школы понимают механизмы и цели воспитания.
– Сформировать представление о применимости теорий в современной практике.
– Развить способность различать модели воспитания и критически их оценивать.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Сравнительный анализ теорий, обсуждение примеров, проблемные вопросы, заполнение таблицы «теория — цель — методы — особенности», акцент на механизмы воспитания. Возможна работа в малых группах (по теории на группу).

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Зачем нужны теории воспитания?
– Позволяют понять:
▪ *что* считать воспитанием,
▪ *каковы* механизмы воздействия,
▪ *какова* роль взрослого,
▪ *как* происходит усвоение норм.
– Теория — это не просто абстракция, а **модель действия**, лежащая в основе стиля общения, методов и даже тона преподавателя.

Вопрос к аудитории: *Какие фразы, слышимые вами в детстве, повлияли на ваше поведение? Под какими лежала теория?*

2. Психоаналитический подход (З. Фрейд, Э. Эриксон)
– Воспитание как процесс формирования **Супер-Эго** — совести, внутреннего цензора.
– Основной механизм — **интериоризация запрета через идентификацию с родителем**.
– Важно, как ребенок проживает амбивалентные чувства к взрослому, осваивает границы.
– Э. Эриксон вводит стадии психосоциального развития (особенно актуальна: "Идентичность против ролевой путаницы").
– Воспитание — это помощь в прохождении кризисов.

Комментарий преподавателю: обсудите, как воспитание «через вину» укоренилось в культуре.

3. Бихевиористский подход (И.П. Павлов, Дж. Уотсон, Б. Ф. Скиннер)
– Воспитание = **контроль поведения через стимулы и последствия**.
– Механизмы:
▪ классическое обусловливание (Павлов),
▪ оперантное подкрепление (Скиннер).
– Награда усиливает поведение, наказание — ослабляет.
– Всё воспитание — это управление реакциями.

Критика: отсутствие понимания внутренних состояний, ценностей, смысла.
Плюсы: чётко работает с младшими детьми, коррекцией поведения, формированием привычек.

4. Теория социального научения (А. Бандура)
– Люди учатся **через наблюдение и подражание**, особенно за моделями, вызывающими уважение.
– Понятие **викарного подкрепления**: мы усваиваем, глядя на последствия чужих поступков.
– Эффективное воспитание = наличие ярких, последовательных моделей.
– Понятие **самоэффективности**: воспитание должно вызывать чувство "я могу".

Вопрос для группы: *Какие медиаперсонажи сегодня играют воспитательную роль?*

5. Когнитивно-развивающий подход (Ж. Пиаже, Л. Кольберг)
– Воспитание = развитие способности **мыслить морально**, делать **осознанный выбор**.
– Пиаже: от гетерономной морали к автономной.
– Кольберг: 6 стадий развития морального суждения (от страха наказания → к универсальной этике).
– Метод: **обсуждение нравственных дилемм**, провоцирование когнитивного конфликта.

Проблемная ситуация:
Представьте, что мальчик украл лекарство, чтобы спасти мать. Было ли это правильно?

6. Гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу)
– Воспитание = создание условий для **самоактуализации личности**.
– Условия эффективного воспитания (по Роджерсу):
▪ безусловное принятие,
▪ эмпатическое понимание,
▪ подлинность взрослого.
– Маслоу: воспитание невозможно без удовлетворения базовых потребностей (безопасность, принятие).
– Акцент на **рост личности, а не на её коррекцию**.

Пример для обсуждения: ситуация, когда ребёнок замкнут. Помогает ли давление, оценивание?

7. Культурно-историческая теория (Л.С. Выготский)
– Воспитание — это интериоризация культуры через **значимых взрослых и средства общения (язык)**.
– **Зона ближайшего развития** — пространство, где взрослый помогает подняться выше текущего уровня.
– Методы: **совместная деятельность, диалог, сопровождение**.
– Особое внимание: опосредование, значение внутренней речи.

Комментарий преподавателю: важно показать, как язык и нормы через него «встраиваются» в сознание.

8. Современные концепции
– **Воспитание как диалог (Бахтин, Корчак):**
▪ субъектность обоих участников,
▪ признание права ребёнка на свою точку зрения,
▪ воспитание как совместное смыслопорождение.
– **Конструктивистский подход:** личность активно строит себя в диалоге с культурой и другими людьми.
– **Системно-деятельностный подход (ФГОС):** воспитание через деятельность, включение, проект.

Методы: проектное воспитание, кейсы, рефлексивные задания, совместные события.

9. Сравнительная таблица теорий (предложить заполнить в парах):

Подход	Механизм	Роль взрослого	Что формируется	Методы
Психоаналитический	Идентификация, запрет	Образец, авторитет	Супер-Эго	Прямое воздействие, переживание
Бихевиористский	Подкрепление	Манипулирующий	Поведение	Награда/наказание
Социального научения	Подражание	Модель	Поведение, установки	Демонстрация, обсуждение
Когнитивный	Моральное мышление	Партнёр в обсуждении	Суждение, этика	Дилеммы, вопросы
Гуманистический	Признание, принятие	Сопровождающий	Целостная личность	Эмпатия, беседа
Культурно-исторический	Интериоризация	Сотрудник	Внутренние нормы	Совместная деятельность
Диалоговый	Совместный смысл	Собеседник	Самоопределение	Диалог, участие

Заключение:
– Теория воспитания — это карта, а не маршрут.
– Важно осознанно выбирать подход, понимать его возможности и ограничения.
– В практике часто сочетаются элементы разных моделей — но важно понимать, откуда они.
– Зрелый воспитатель — это не носитель системы, а человек, способный быть в **осмысленном контакте**.

Тема лекционного занятия 4:
Психология духовно-нравственного развития личности

Цели занятия:
– Раскрыть понятия «духовность» и «нравственность» в психологическом контексте.
– Познакомить студентов с этапами и механизмами нравственного развития личности.
– Показать роль семьи, культуры, образования в формировании моральной сферы.
– Сформировать представление о способах и рисках влияния на ценностное ядро личности.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, анализ определений, разбор теорий (Пиаже, Кольберг, Гиллигэн, Леонтьев), моральные дилеммы, мини-дискуссии, сопоставление подходов, обсуждение реальных педагогических ошибок.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Духовность и нравственность как психологические категории
– **Нравственность** — система представлений человека о добре и зле, справедливости, долге, ответственности.
– **Духовность** — более широкое понятие: внутренняя глубина, поиски смысла, приоритет нематериальных ценностей (см. Лангле, Франкл, Маслоу).
– Психологически: это **внутренние ориентиры**, влияющие на поведение, мотивацию, выбор.

Комментарий преподавателю: важно отделить мораль как **внешнюю систему** от нравственности как **внутреннего ориентира**.

2. Теории нравственного развития личности

а) Ж. Пиаже (моральное развитие у детей):
– Гетерономная мораль (правда — это то, что говорит взрослый).
– Автономная мораль (понимание намерений, соотнесение правил и ситуаций).

б) Л. Кольберг (6 стадий морального развития):
– Предконвенциональный уровень (1. страх наказания; 2. личная выгода).
– Конвенциональный уровень (3. одобрение группы; 4. соблюдение закона).
– Постконвенциональный уровень (5. социальный контракт; 6. универсальные принципы).

в) К. Гиллигэн (критика Кольберга):
– Женская мораль — не иерархическая, а основанная на **этике заботы**.
– Эмпатия, отношения, поддержка как основа нравственного выбора.

г) Д.А. Леонтьев, В. Франкл — экзистенциальный подход:
– Человек развивается нравственно, если живёт **в координатах смысла**.
– Нравственный выбор = выбор осмысленного действия, даже в трудных обстоятельствах.

3. Механизмы духовно-нравственного развития
– **Интериоризация** (Выготский): усвоение внешних норм через практику, речь, пример.
– **Идентификация**: выбор нравственных фигур (учитель, родитель, герой).
– **Эмпатия**: способность чувствовать переживания другого как свои.
– **Рефлексия**: осмысление поступка, мотива, последствий.

– **Моральная дилемма** (по Кольбергу): ситуация выбора без однозначного ответа.
– **Смысловая интеграция** (Леонтьев): соединение ценностей, действий и идентичности.

Упражнение (в аудитории):
Обсудить: *Может ли человек быть нравственным, но не соблюдать правила?*

4. Возрастные особенности формирования нравственности

Возраст	Особенности	Акценты воспитания
3–6 лет	Нравственные правила — внешние, буквально воспринимаются	Пример, постоянство модели, эмоции
7–10 лет	Формируется чувство долга, стыда	Поддержка, объяснение последствий, формирование совести
11–14 лет	Конфликт норм, стремление к автономии	Диалог, обсуждение, дилеммы, уважение к позиции
15–18 лет	Формирование собственной системы ценностей	Поддержка самоопределения, связь с мировоззрением, вопросы смысла

5. Источники нравственного развития
– **Семья**: эмоциональные отношения, стабильность, стиль общения.
– **Школа**: учителя как носители нормы, атмосфера, скрытая программа.
– **Культура**: тексты, образы, традиции.
– **Медиа**: двусмысленный источник (воспитание vs девиация).
– **Социальное окружение**: группа сверстников как среда идентификации.

Комментарий преподавателю: подчеркнуть важность консистентности — противоречие между словами и действиями разрушает воспитание.

6. Ошибки и искажения в нравственном воспитании
– **Морализаторство**: навязывание готовых выводов, без диалога.
– **Манипуляция чувством вины**: вызывает либо послушание, либо протест.
– **Формализм**: праздники без смысла, тексты без переживания.
– **Двойные стандарты**: «говорим одно — делаем другое».

Проблемный вопрос:
Что сильнее действует на нравственное развитие: текст или поведение взрослого? Почему?

7. Национальные ценности как основа духовно-нравственного воспитания
– Закреплены в Концепции духовно-нравственного развития:
▪ патриотизм,
▪ труд,

▪ семья,
▪ человеколюбие,
▪ справедливость.
– Важно не просто проговаривать, а **переживать** эти ценности в опыте.

Методы:
– Биографический рассказ, обсуждение реальных ситуаций, творческие проекты, волонтёрство, кейсы.

8. Современные подходы к нравственному воспитанию
– **Личностно-ориентированный подход**: уважение к уникальности, выбору, самостоятельности.
– **Проектный подход**: «ценности в действии», воспитание через участие.
– **Диалогический подход**: ценности раскрываются в совместном размышлении, без давления.
– **Медиа-педагогика**: работа с видеоматериалами, текстами, обсуждение смыслов.

Заключение:
– Духовно-нравственное развитие — ядро личности, формирующее выбор, поведение, стиль жизни.
– Оно невозможно без смысла, рефлексии и примера.
– Настоящее воспитание — это не трансляция норм, а **создание условий для их осознанного принятия**.

Тема лекционного занятия 5:
Воспитательные практики в образовательной среде

Цели занятия:
– Показать многообразие форм и уровней воспитательной работы в школе и вузе.
– Сформировать представление о структурных и психологических компонентах воспитательной практики.
– Ознакомить с ключевыми подходами к организации воспитания: проектный, событийный, личностно-ориентированный.
– Научить критически оценивать эффективность воспитательной среды и конкретных форматов работы.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Разбор конкретных форм воспитательной работы, анализ ситуации, сопоставление подходов, разбор понятий («воспитательная практика», «воспитательная среда»), элементы практического моделирования. Применение модели "воспитательного события", кейс-анализ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Понятие воспитательной практики
– Воспитательная практика — совокупность форм, методов, событий, с помощью которых осуществляется ценностное развитие личности в рамках образовательной среды.
– Она включает как **формальные** (мероприятия, планы, отчёты), так и **неформальные** (общение, стиль взаимодействия, атмосфера) элементы.

Пояснение:
Не существует "воспитания вообще" — оно всегда имеет **среду, формат, носителя и цель**.

2. Компоненты воспитательной практики
– **Целевой компонент:** какие ценности/качества/установки формируются.
– **Содержательный:** тематика, события, деятельность.
– **Организационный:** форма, время, место, участники.
– **Коммуникативный:** как происходит взаимодействие (авторитарно, партнёрски, фасилитационно).
– **Рефлексивный:** как фиксируются изменения, осмысление.

Комментарий преподавателю: подчеркните, что даже стихийное взаимодействие может быть воспитательным — в зависимости от контекста.

3. Уровни воспитательной деятельности в образовательной организации

Уровень	Примеры
Индивидуальный	Беседа с учеником, личное письмо, индивидуальная цель
Групповой	Классное собрание, обсуждение, совместное дело

Массовый	Школьный праздник, акция, форум
Сетевой	Онлайн-инициатива, межшкольный проект, медиаактивность

4. Формы воспитательных мероприятий
– Классный час (традиционный, дискуссионный, проектный).
– Участие в социально значимых акциях.
– Тренинговые занятия.
– Школьное/студенческое самоуправление.
– Встречи с интересными людьми.
– Наставничество и тьюторство.
– Дни открытого диалога (обсуждение острых тем: агрессия, выбор, отношения и др.).

Пояснение: важна не форма сама по себе, а то, *что* она транслирует и *как* она воспринимается.

5. Подходы к организации воспитательной деятельности
– **Личностно-ориентированный подход:** учет индивидуального опыта, свободный выбор участия, рефлексия.
– **Событийный подход (В.А. Караковский, А.Ф. Лосев):** воспитание через значимое переживание (событие как точка развития).
– **Деятельностный подход:** воспитание через участие в коллективной деятельности.
– **Проектный подход:** работа на результат, участие в создании полезного для других.
– **Культурологический подход:** знакомство с культурой, традицией, формирование идентичности.

6. Воспитательная среда образовательной организации
– Не только «где», но и «как».
– Компоненты воспитательной среды:
▪ психологический климат,
▪ стиль общения взрослых,
▪ включённость обучающихся,
▪ визуальная среда (что висят на стенах?),
▪ неформальные нормы.
– Понятие **скрытого воспитания** (hidden curriculum): те влияния, которые не зафиксированы в планах, но формируют установки.

7. Роль педагога в воспитательных практиках
– **Не просто организатор, а носитель норм, ценностей, эмоционального климата.**
– Стили взаимодействия:
▪ Авторитарный — контроль и внешняя мотивация;
▪ Демократический — сотрудничество и участие;
▪ Либеральный — отсутствие влияния.
– Эффективный воспитатель: сочетает ясные границы и уважительное отношение.

Вопрос к аудитории: *Какие учителя запомнились вам как воспитатели, а не только как предметники? Почему?*

8. Современные вызовы воспитательной практики
– Перегрузка мероприятий, **формализм**.
– Снижение вовлечённости подростков — ощущение искусственности.
– Разрыв между формальными целями и реальными смыслами.
– Необходимость в **новых форматах**, не уступающих по привлекательности цифровой культуре.
– Проблема **подлинности**: если педагог не верит в то, что делает — это чувствуется.

9. Критерии эффективности воспитательной практики
– Эмоциональный отклик учащихся.
– Наличие рефлексии.
– Перенос норм в повседневное поведение.
– Запрос на повтор/продолжение.
– Участие без внешнего принуждения.
– Соответствие возрастающим интересам и вызовам.

Заключение:
– Воспитательные практики — это живой инструмент формирования личностей.
– Их эффективность зависит не от количества, а от **качества взаимодействия**.
– Главное: не что мы сделали, а **что почувствовали, поняли и унесли с собой**.
– Педагог — не просто организатор, а **смысловой посредник и создатель среды**.

Тема лекционного занятия 6:
Индивидуальный подход в воспитании и психологическое сопровождение

Цели занятия:
– Раскрыть понятие индивидуального подхода в воспитательной деятельности.
– Обосновать значимость психологического сопровождения как формы поддержки развития личности.
– Ознакомить с типологией воспитуемости, методами диагностики и сопровождения.
– Научить определять формы взаимодействия с учетом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, разбор кейсов, классификация, обсуждение психологических профилей, моделирование взаимодействий. Рефлексия, мини-аналитика личного опыта, разбивка на категории учащихся, построение гипотетических траекторий.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Индивидуальный подход как основа гуманистического воспитания
– Предполагает ориентацию на уникальность личности: интересы, ценности, темперамент, стиль общения.
– Противопоставляется шаблонному, «одинаковому для всех» подходу.
– Основные положения:
▪ Каждый обучающийся воспринимает воспитательное воздействие по-своему.
▪ Для изменения важны: **безопасность, доверие, уважение**.
▪ Воспитание должно **входить в личную зону смысла**, иначе оно — внешний шум.

Вопрос к аудитории:
Как вы чувствовали себя в школе, когда на вас не обращали внимания как на личность?

2. Типология воспитуемости (по Ю.В. Трушину и др.)

Тип	Особенности	Подходы
Восприимчивый	Высокая чувствительность к оценке, подражанию	Позитивное подкрепление, личный пример
Рефлексивный	Анализирует причины, склонен к самооценке	Диалог, самостоятельный выбор, ценностные дискуссии
Оппозиционный	Отвергает внешние нормы, протестует	Признание субъекта, уважение границ, беседа
Замкнутый	Уходит от контакта, закрыт, тревожен	Индивидуальное доверительное взаимодействие

Демонстративный	Ищет внимание, действует ради эффекта	Перенаправление энергии в полезное, признание успехов

3. Психологические основы индивидуального подхода
– **Темперамент и характер** (И.П. Павлов, Г. Айзенк): активность, чувствительность, сила торможения.
– **Тип привязанности** (Дж. Боулби): надежный, тревожный, избегающий — влияет на взаимодействие с взрослыми.
– **Стиль общения в семье**: авторитарный, демократичный, попустительский — влияет на ожидания ребёнка.
– **Психологическая защита** (А. Фрейд, В. Вольф): сопротивление, агрессия, уход — как сигналы, а не поведение.
– **Когнитивные стили, самооценка, уровень притязаний** — инструменты диагностики и ориентации.

4. Методы диагностики для выстраивания индивидуального подхода
– Наблюдение (эмоции, реакция на отказ, взаимодействие в группе).
– Анкетирование, социометрия, методика «Лестница успеха».
– Интервью с родителями, обсуждение с коллегами.
– Ведение карты воспитуемости: интересы, отклики, успехи, сложности.

Комментарий преподавателю: важно подчеркнуть этическую сторону диагностики — наблюдение без ярлыков.

5. Психологическое сопровождение как процесс
– Это **не контроль**, а поддержка и обеспечение условий для развития.
– Включает:
▪ наблюдение,
▪ обратную связь,
▪ совместную постановку целей,
▪ анализ сложностей,
▪ помощь в осмыслении себя.
– Сопровождение может быть:
▪ индивидуальное,
▪ групповое,
▪ ситуативное (в кризис),
▪ длительное (на год/период).

Модель 4 «П»:

1. Понять (принять индивидуальность);
2. Поддержать (дать ресурс);
3. Предложить (путь, выбор);
4. Подключить (к сообществу, развитию).

6. Формы индивидуального воспитательного взаимодействия
– Индивидуальные беседы (по запросу или по инициативе педагога).
– Сопровождение в проектной деятельности.
– Ведение личного портфолио достижений.
– Индивидуальный воспитательный план (ИВП).
– Элементы коучинга: вопросы, помогающие самоопределению (чего ты хочешь? что тебе мешает? чего боишься?).
– Письма, дневники, рефлексивные задания.

Важно: воспитатель здесь — не «всё знающий», а **партнёр, помогающий обнаружить внутренний ресурс**.

7. Особенности индивидуального подхода к детям с ОВЗ
– Нужны адаптированные формы взаимодействия (речь, формат, темп).
– Учёт особенностей эмоциональной регуляции, усталости, границ контакта.
– Подключение тьютора, психолога, родителей.
– Создание условий: безопасное пространство, визуальные ориентиры, позитивное подкрепление.

Комментарий: даже минимальный индивидуальный жест — может быть точкой опоры для развития.

8. Ограничения и риски индивидуального подхода
– Иллюзия «тотального учёта»: не всё можно предусмотреть.
– Опасность подмены диалога манипуляцией.
– Эмоциональное выгорание воспитателя при слишком тесной вовлечённости.
– Проблема зависимости воспитанника — нужно учить самостоятельности, а не создавать привязанность к педагогу.

Заключение:
– Индивидуальный подход — это не список приёмов, а **установленное отношение к человеку**.
– Психологическое сопровождение — форма осмысленного и уважающего воспитания.
– Настоящее воспитание начинается с **интереса к личности** и готовности услышать, понять, принять.

Тема лекционного занятия 7:
Конфликты, сопротивление и девиантность в воспитательном процессе

Цели занятия:
– Раскрыть психологические механизмы сопротивления воспитательному воздействию.
– Познакомить студентов с типами конфликтов в воспитательной среде и стратегиями их разрешения.
– Дать представление о природе и формах девиантного поведения.
– Научить анализировать воспитательные ситуации, связанные с нарушением норм, и вырабатывать стратегии коррекции.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, разбор кейсов, групповой анализ, обсуждение причин поведения, изучение классификаций девиаций. Метод обратной роли: «Как бы реагировал подросток на то, что вы говорите?».

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Психологическая природа сопротивления воспитанию
– Сопротивление = **реакция на вторжение во внутренний мир**, на несоответствие между внешним требованием и внутренней позицией.
– Причины сопротивления:
▪ потеря доверия к воспитателю,
▪ неясность целей воспитания,
▪ восприятие давления,
▪ защита самооценки.
– Виды:
▪ пассивное (молчание, игнор),
▪ активное (протест, сарказм),
▪ скрытое (формальное поведение без включённости).

Пример для обсуждения: ученик кивает, но делает наоборот. Что это — воспитание, протест или игра?

2. Психологические защиты как форма сопротивления
– По А. Фрейд и К. Хорни — сопротивление может быть способом **сохранения Я**.
– Типы защит:
▪ Рационализация: «Это бессмысленно».
▪ Проекция: «Это вы меня не понимаете».
▪ Отрицание: «Со мной всё в порядке».
– Воспитатель должен научиться **читать не поведение, а его сигнальность**.

3. Конфликты в воспитательной среде
– Конфликт — это **нормальный элемент развития**, но требует осознанного сопровождения.
– Типы конфликтов:
▪ **Ценностный** — разные системы убеждений (напр., педагог и подросток).
▪ **Ролевой** — несоответствие ожиданий (например, «ученик должен молчать»).

▪ **Личностный** — накопленное раздражение, обиды.
– Частые ошибки воспитателя:
▪ эскалация,
▪ переход на личности,
▪ унижение перед группой.

Методы работы с конфликтом:
– Я-высказывания (Маршалл Розенберг),
– техника «замедления» (time-out),
– третейская беседа,
– восстановительная беседа (Restorative talk).

4. Девиантное поведение: психологическое понимание
– Девиация = **отклонение от социальных или моральных норм**.
– Бывает временной, ситуативной, компенсаторной или устойчивой.
– Функции:
▪ протест,
▪ привлечение внимания,
▪ бегство от боли или стресса.

Классификация (по типу отклонения):

Вид девиации	Примеры	Психологическая основа
Агрессивная	Буллинг, насмешки	Вытесненная тревога, потребность в контроле
Саморазрушительная	Рискованное поведение, самоповреждение	Фрустрация, отсутствие значимого контакта
Нарушение дисциплины	Хамство, игнор	Демонстрация автономии, сопротивление

5. Групповые механизмы девиантного поведения
– В группе может формироваться **деструктивная норма** (почему-то «прикольно» быть дерзким).
– Появляется неформальный лидер, «кодекс группы».
– Психологическое явление **диффузии ответственности**: «все так делают».
– Воспитание должно включать работу с группой, а не только с «нарушителем».

Комментарий преподавателю: один на один — ученик другой, чем перед группой. Всегда учитывайте влияние аудитории.

6. Работа с девиантным поведением
– **Принцип трёх шагов:**

1. Понять: *что стоит за поведением?*

2. Отреагировать: *как безопасно обозначить границы?*
3. Включить: *какую альтернативу действия дать?*
   – Методы:
   ▪ беседа после ситуации,
   ▪ формулирование правил вместе с группой,
   ▪ подключение наставников,
   ▪ медиативные техники,
   ▪ восстановительное правосудие (если есть подготовка).

7. Этические принципы в воспитательных ситуациях с девиациями
– Нельзя использовать **унижение, насмешку, демонстрацию силы**.
– Важно сохранить **лицо учащегося** — особенно при разборе на публике.
– При любом отклонении — **разделять личность и поведение**: «Ты хороший, но поступок — разрушительный».
– Соблюдать конфиденциальность и безопасность при индивидуальной работе.

8. Работа с родителями и командой педагогов
– Девиантность — не только личностный сбой, но **социальная проблема**.
– Нужна общая линия:
▪ Педагог + классный руководитель + психолог + родители.
– Регулярное обсуждение:
▪ Что происходит?
▪ Как реагируем?
▪ Что меняется?
▪ Где есть ресурс?

Заключение:
– Сопротивление — это не поломка, а **реакция, которую можно понять**.
– Конфликт — не враг воспитания, а **возможность для роста**.
– Девиантность — сигнал, что системе нужно искать **новые формы включения, а не только наказания**.
– Зрелый воспитатель умеет не «гасить» поведение, а **видеть за ним человека**.

Тема лекционного занятия 8:
Проектирование и анализ воспитательной деятельности

Цели занятия:
– Дать представление о логике и этапах проектирования воспитательной работы.
– Научить определять цели, задачи, методы воспитательной деятельности с учётом психолого-педагогических принципов.
– Раскрыть способы анализа и самооценки эффективности воспитательных мероприятий.
– Сформировать представление о воспитании как системной деятельности, а не наборе мероприятий.

Методы и средства обучения, основные методические приёмы:
Проблемное изложение, пошаговое моделирование, обсуждение примеров проектов, коллективный анализ кейсов, работа с шаблоном проектной схемы. Возможно задание на разработку фрагмента собственного воспитательного мини-проекта.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. Воспитательная деятельность как осмысленная система
– Проектирование — это способ перейти от интуиции к структуре, от спонтанности к управлению результатом.
– Ошибка многих педагогов — **реагировать**, а не **проектировать**.
– Воспитание = **педагогически организованное сопровождение развития личности через ценностное взаимодействие**.

Комментарий преподавателю: начните лекцию с вопроса: *Какие воспитательные мероприятия вы запомнили? Что в них сработало?*

2. Этапы проектирования воспитательной деятельности

Этап	Содержание
Диагностика	Что происходит в группе? Какие трудности? Какие ресурсы?
Целеполагание	На что нацелена работа? Какова воспитательная цель (не путать с формой)?
Планирование	Определение форм, методов, этапов, участников, ресурсов
Реализация	Проведение мероприятия, сопровождение, наблюдение
Рефлексия и оценка	Что получилось? Какие выводы? Как это восприняли учащиеся?

3. Цели и задачи воспитания: как формулировать
– **Цель**: отвечает на вопрос *зачем?*
– **Задачи**: уточняют *что развиваем, на что влияем*.
– Цель не должна звучать как «провести классный час», а как:
▪ развитие эмпатии,

▪ формирование ценности дружбы,
▪ поддержка самоопределения.

Требования к формулировке цели:
– конкретность,
– ориентированность на изменения в личности,
– связь с ценностями.

4. Пример фрагмента воспитательного проекта

Тема: «Ответственность — навык или ценность?»
Возраст: 8–9 класс
Цель: сформировать у учащихся представление об ответственности как внутреннем выборе
Форма: интерактивное обсуждение + индивидуальное задание
Методы: ролевая ситуация, «суд над поступком», шкала выбора, мини-рефлексия
Результат: участники формулируют своё определение ответственности, обсуждают её в повседневных ситуациях

5. Методы воспитательной деятельности (повторение с акцентом на применимость)
– **Беседа, дискуссия, дебаты**
– **Тренинг, ролевая игра, флеш-интервью**
– **Проект, акция, творческая мастерская**
– **Медиаформаты**: видео, подкасты, коллаж, сторителлинг
– **Наблюдение, мини-опрос, обратная связь**

Комментарий: обращайте внимание, подходит ли метод **возрасту, теме, группе**. Не каждый метод универсален.

6. Анализ воспитательной деятельности: на что смотреть?
– Эффективность ≠ организованность
– Важно:
▪ Было ли эмоциональное вовлечение?
▪ Возникла ли рефлексия?
▪ Были ли новые смыслы, открытия?
▪ Было ли пространство выбора?
▪ Хочется ли продолжения?

Инструменты оценки:
– письменная рефлексия,
– обратная связь (анонимно или вслух),
– наблюдение,
– реальный результат (изменение поведения, включенность, новые действия).

7. Ошибки в проектировании воспитательной работы
– Начинать с формы, а не с цели.

– Игнорировать возраст и мотивацию.
– Дублировать то, что уже не работает («для галочки»).
– Не давать обратной связи.
– Работать с группой, не зная, что в ней реально происходит.

8. Принципы проектирования воспитательной деятельности
– Соответствие возрасту, потребностям, мотивации.
– Ясность и прозрачность для обучающихся.
– Осмысленность: каждый элемент работает на ценность.
– Добровольность: участие = выбор, а не обязанность.
– Поддержка инициативы: пусть учащиеся соавторы, а не просто участники.

Заключение:
– Воспитательная работа требует не только энергии, но и **мыслительной культуры**.
– Настоящее проектирование — это не «мероприятие ради формы», а **создание пространства для ценностного выбора, диалога, роста**.
– Воспитатель-проектировщик — это тот, кто видит за формой смысл, а за учеником — личность.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия 1:

Психология воспитания: предмет, цели и контексты

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Практикум по анализу ситуаций
– Мини-проект (планирование фрагмента воспитательной работы)

Вопросы к обсуждению:

1. В чём состоит психологическая суть воспитания? Как она отличается от педагогической трактовки?
2. Можно ли воспитывать, не осознавая этого? Примеры из жизни.
3. Какие внутренние механизмы формируют у человека устойчивую систему ценностей?
4. Чем воспитание отличается от манипуляции? Где проходит грань?
5. Что влияет на содержание и стиль воспитания в современном обществе (цифровизация, смена ролей, медиа)?
6. Как формируется личная позиция у воспитателя? Почему важны его убеждения?

Темы контрольных работ:

1. Воспитание как психологическая категория: история и современные интерпретации.
2. Сравнительный анализ понятий: воспитание, обучение, социализация.
3. Личностный смысл как результат эффективного воспитательного воздействия.

Темы проектов:

1. Разработка концепции воспитательной среды для подростков (например: клуб, кружок, онлайн-группа).
2. Сценарий события, отражающего ценность (на выбор: честность, ответственность, принятие).
3. Мини-исследование: «Кого и как воспитывает мой информационный пузырь» (работа с контентом, соцсетями, окружением).

Иные задания по усмотрению разработчика:

Задание «Точка воспитывающего контакта»
Студенты описывают одну реальную ситуацию из своей жизни, в которой они чувствовали, что на них повлияли как на личность. Анализируют:
– что именно произошло,
– кто был инициатором,
– какие фразы, действия повлияли,
– что изменилось.
После — обсуждение в парах и обобщение на доске.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты должны демонстрировать способность **различать внешнее и внутреннее воздействие**.
– Важно: аргументированная позиция, примеры, активное участие в групповой работе.
– Преподаватель задаёт проблемные вопросы, например:
▪ *Если бы вы не знали, что это "воспитание" — вы бы согласились с этим влиянием?*
▪ *Почему человек может отторгать даже благие намерения?*
– Используется **эвристическая беседа**, в которой преподаватель не даёт готового ответа, а провоцирует на анализ, сомнение, аргументацию.
– Группы могут использовать маркеры/лист бумаги для «карты влияний» — как схема воспитательных источников вокруг человека.

Тема занятия 2:

Возрастная динамика воспитательных влияний

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Практикум по решению кейсов
– Мини-проект: разработка возрастно-адекватной воспитательной ситуации

Вопросы к обсуждению:

1. Почему один и тот же воспитательный приём работает с младшими школьниками, но вызывает отторжение у подростков?
2. Какие возрастные кризисы важнее всего учитывать в воспитании?
3. Как меняется отношение ребёнка к нормам и авторитету с возрастом?
4. Что такое «воспитательная чувствительность возраста» и как её не упустить?
5. Почему подростки нередко сопротивляются открытым воспитательным посылам?

Темы контрольных работ:

1. Возрастная специфика восприятия воспитательных воздействий: обзор и анализ.
2. Особенности воспитательной работы в подростковом возрасте.
3. Сравнительный анализ воспитательных задач в младшем школьном и юношеском возрасте.

Темы проектов:

1. Разработка сценария воспитательного занятия для конкретной возрастной группы (например, младшие школьники или старшие подростки).
2. Модель перехода от директивного к партнёрскому стилю воспитания на разных возрастных этапах.
3. «Лестница взросления»: визуализация возрастных воспитательных задач и форматов.

Иные задания по усмотрению разработчика:

Задание «Межвозрастной конфликт»
Студенты работают в парах. Один «играет» взрослого, второй — подростка. Взрослый предлагает типичную воспитательную фразу («Надо уважать старших», «Так нельзя» и т.д.). Подросток отвечает в характерной возрастной логике (ирония, протест, упрёк). Затем — анализ:
– что вызвало сопротивление;

– можно ли было переформулировать;
– какие потребности подростка не были учтены.
Групповое обсуждение завершает разбор.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты должны демонстрировать понимание **психологического портрета возрастной группы**, на которую направлено воспитательное воздействие.
– Преподаватель организует **сравнительный анализ**: как одни и те же цели можно реализовать через разные формы с учетом возраста.
– Используются **вопросы на уточнение границ воздействия**:
▪ *Чего ждёт от вас первоклассник?*
▪ *Как сохранить уважение подростка, не потеряв позицию взрослого?*
– Обсуждается риск «переразвитых» и «неразвитых» воспитательных форм — когда форма не соответствует уровню восприятия.
– Возможно деление на группы по возрастам: каждая группа проектирует фрагмент занятия для «своей» возрастной категории.

Тема занятия 3:

Теории и модели воспитания в психологии

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Аналитическая работа в группах
– Практикум по сопоставлению теорий
– Составление сравнительной таблицы

Вопросы к обсуждению:

1. В чём коренные различия между бихевиористской, гуманистической и культурно-исторической теориями воспитания?
2. Какая теория ближе всего к вашему личному стилю воспитания? Почему?
3. Можно ли совмещать элементы разных теорий в практике? В чём риски эклектики?
4. Как теория Кольберга может использоваться для диагностики уровня нравственного развития?
5. Что общего и различного между воспитанием как контролем и воспитанием как диалогом?

Темы контрольных работ:

1. Обоснование применения теории социального научения в воспитательной практике.
2. Сравнительный анализ подходов: психоанализ, бихевиоризм и гуманизм.
3. Теория морального развития Л. Кольберга: структура, стадии, воспитательные выводы.

Темы проектов:

1. «Теория в действии»: разработка воспитательной ситуации с чёткой опорой на одну теорию (по выбору).
2. Создание визуального «паспорта» воспитательной модели (цель, механизмы, роль воспитателя, методы).
3. Исследование: какие теоретические основания можно найти в воспитательной работе конкретного педагога/школы?

Иные задания по усмотрению разработчика:

Групповое задание: «Теории спорят»
Каждая команда получает карточку с одной теорией (например, психоанализ, гуманизм, социальное научение, культурно-исторический подход).
Задание:

1. Кратко (устно) представить позицию теории по вопросам воспитания.
2. Участвовать в «споре» между теориями, отвечая на провокационные вопросы:
   – *Почему ваша теория эффективнее?*
   – *Как она реагирует на протест?*
   – *В чём её слабость?*
3. В конце — рефлексия: *Что бы вы взяли из других теорий, чтобы усилить свою?*

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты демонстрируют знание **основных положений теорий**, их **механизмов воздействия**, **роли воспитателя** и **представления о воспитуемом**.
– При сравнении акцент делается не только на различиях, но и на **возможностях применения в реальных условиях**.
– Преподаватель побуждает студентов к **анализу практик**: *Какая теория лежит в основе конкретного воспитательного действия?*
– Возможно проведение **мини-дебатов**, где студенты встают на сторону одной из теорий и защищают её применимость.

Тема занятия 4:

Психология духовно-нравственного развития личности

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Анализ моральных дилемм (практикум)
– Разработка ситуационных заданий
– Рефлексивная работа

Вопросы к обсуждению:

1. Что такое «духовность» и «нравственность» в психологическом понимании?
2. Какая стадия морального развития по Кольбергу соответствует вашему детскому и нынешнему опыту?
3. Можно ли воспитать нравственность, не обсуждая моральных вопросов?
4. Какие ценности вы считаете устойчивыми, а какие — ситуативными?
5. Что работает эффективнее: пример, слово или наказание?

Темы контрольных работ:

1. Стадии морального развития в теориях Пиаже и Кольберга.
2. Механизмы интериоризации моральных норм.
3. Влияние семьи и школы на формирование ценностей.
4. Этика заботы как альтернатива универсальной морали.

Темы проектов:

1. Создание «банка моральных дилемм» для подростков с описанием возможных стадий реакции по Кольбергу.
2. Разработка мини-программы для обсуждения ценностей в подростковом классе (3 занятия + план).
3. «Мой внутренний компас»: визуализация личной системы ценностей и её происхождения.
4. Проект видеоролика на тему «Что такое справедливость?» глазами школьников.

Иные задания по усмотрению разработчика:

Моральная дилемма (индивидуально или в парах):
Ситуация: Ученик обнаружил, что его лучший друг списал итоговую работу. Учитель спрашивает: кто нарушил правила?
Задание:

1. Проанализируйте ситуацию с точки зрения трёх стадий развития морали (страх наказания, социальное одобрение, универсальные принципы).
2. Напишите возможные реакции ученика, соответствующие этим уровням.
3. Обоснуйте, какая реакция кажется вам зрелой и почему.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты **обосновывают свои позиции**, используя теоретические основания (Пиаже, Кольберг, Гиллигэн, Леонтьев).
– Подчёркивается значимость **рефлексии, переживания, осмысления мотивов**.
– Обсуждается понятие **моральной автономии** и её развитие через воспитание.
– Преподаватель организует **обсуждение ситуаций, вызывающих моральную амбивалентность**, не навязывая ответа, а создавая пространство для размышления.
– Важно включать **личностный компонент**: *Как сформировались мои ценности? Кто на них повлиял?*

Тема занятия 5:

Воспитательные практики в образовательной среде

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Практикум по анализу среды и форматов
– Разработка фрагмента воспитательного мероприятия
– Анализ кейса

Вопросы к обсуждению:

1. Что делает мероприятие действительно воспитательным?
2. Какие формы воспитательной работы вызывают реальное вовлечение, а какие — только отчётность?
3. Что влияет на воспитание сильнее: содержание мероприятия или стиль взаимодействия?
4. Как вы определите «воспитательный потенциал среды»?
5. Какие элементы школьной/вузовской жизни можно считать скрытыми воспитательными факторами?

Темы контрольных работ:

1. Формы воспитательной деятельности: классификация, цели, психологическая основа.
2. Психологический анализ воспитательной среды образовательной организации.
3. Проектирование воспитательных мероприятий: алгоритм, риски, ресурсы.
4. Этические границы воспитательной деятельности.

Темы проектов:

1. Разработка воспитательного мини-мероприятия (на 20–30 минут) с психолого-педагогическим обоснованием.
2. «Аудит воспитательной среды»: визуальное и содержательное исследование пространства школы/вуза.
3. Конструктор воспитательного события: шаблон с переменными (цель, формат, возраст, группа).
4. Создание коллекции «живых форматов» воспитательной работы (современные, нестандартные, вовлекающие).

Иные задания по усмотрению разработчика:

Анализ кейса:
Ситуация: Классный час «Толерантность — путь к миру» проходит по шаблону. Ученики молчат, отвечают односложно. На следующий день в переписке всплывает агрессивный

комментарий по национальному признаку.
Задание:

1. Определите, почему мероприятие не сработало.
2. Предложите альтернативный формат, учитывающий возраст, группу, среду.
3. Сформулируйте 3 принципа подлинной воспитательной работы на сложные темы.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты используют **критерии эффективности воспитательных мероприятий**: эмоциональный отклик, смысл, рефлексия, добровольность.
– Обсуждаются **влияющие факторы**: мотивация группы, согласованность среды, личность педагога.
– Преподаватель побуждает студентов к формулированию **принципов качественного воспитательного взаимодействия** (не «провести что-то», а *зачем? для кого? через что?*).
– В работе над заданием важно соотносить **форму и содержание, возраст, контекст, цель**, включая логическую структуру и краткую саморефлексию.
– Применяется приём **«изнутри и снаружи»**: сначала проект с позиции педагога, затем — как его воспримет участник.

Тема занятия 6:

Индивидуальный подход в воспитании и психологическое сопровождение

Формы практических заданий:

– Практикум по анализу личных характеристик учащихся
– Работа с кейсами
– Групповое проектирование индивидуального маршрута воспитательной поддержки
– Дискуссия

Вопросы к обсуждению:

1. Что делает воспитание «индивидуализированным»?
2. Как понять, что стандартный подход не работает?
3. Какие признаки указывают на потребность в сопровождении?
4. Что значит уважать личность обучающегося, не теряя педагогическую позицию?
5. Как избежать «слияния» и зависимости в индивидуальной воспитательной работе?

Темы контрольных работ:

1. Индивидуальный подход: психологические основания и воспитательные задачи.
2. Варианты сопровождения учащихся с разными типами поведения.
3. Анализ рисков при выстраивании воспитательной индивидуальной траектории.
4. Этика и границы в индивидуальном взаимодействии с воспитанником.

Темы проектов:

1. Разработка фрагмента индивидуального воспитательного плана (ИВП) для учащегося с условно заданными характеристиками (замкнутость, тревожность, демонстративность и др.).
2. Модель сопровождения подростка с трудностями в эмоциональной регуляции.
3. Создание диагностической карты для наблюдения за воспитательной динамикой.
4. Сценарий воспитательной беседы, ориентированной на поддержку выбора, а не контроль.

Иные задания по усмотрению разработчика:

Кейс-задание: «Подросток, которого не слышат»
Ситуация: Ученик 9 класса не проявляет интереса к школьной жизни, часто уходит в себя, общается только с одним человеком. Учителя считают его «трудным» и отстраняются.
Задание:

1. Опишите, какие психологические особенности могут стоять за таким поведением.
2. Предложите первые шаги воспитателя или психолога: от чего начать, чего избегать.
3. Определите ресурсы и риски сопровождения.

Требования к выполнению практического задания:

– Задания требуют опоры на **знания о психологии личности, возрастных особенностях, типах поведения**.
– Студенты демонстрируют умение **переходить от описания поведения к его интерпретации** и педагогической тактике.
– Преподаватель провоцирует обсуждение через **вопросы на расстановку акцентов**:
▪ *Где проходит граница между уважением и вседозволенностью?*
▪ *Как понять, что вмешательство необходимо?*
– В ходе проектной части задания должны содержать:
▪ конкретные цели,
▪ описание метода,
▪ учёт рисков,
▪ способы оценки результата.

Тема занятия 7:

Конфликты, сопротивление и девиантность в воспитательном процессе

Формы практических заданий:

– Дискуссия
– Практикум по разбору конфликтных ситуаций
– Анализ и классификация форм девиантного поведения
– Групповое проектирование стратегии воспитательного реагирования

Вопросы к обсуждению:

1. Почему воспитание неизбежно связано с сопротивлением?
2. Как отличить осознанный протест от бессознательной защиты?
3. Когда конфликт — ресурс, а когда — угроза?
4. Что такое девиантность в психологическом смысле, и в чём её воспитательный вызов?
5. Как воспитывать, не ломая, но и не потакая?

Темы контрольных работ:

1. Конфликт как феномен воспитательной среды: причины, типология, стратегии реагирования.
2. Девиантное поведение обучающихся: психологические основания, формы, профилактика.
3. Сопротивление воспитанию как механизм защиты личности: подходы к пониманию и работе.
4. Этические дилеммы при работе с «трудными» воспитанниками.

Темы проектов:

1. Разработка алгоритма реагирования на провокационное поведение в группе.
2. Проект «Работа с сопротивлением»: инструменты, границы, сценарии беседы.
3. Модель воспитательного воздействия при групповой норме девиации (например, кибербуллинг, пассивность).
4. Подборка и анализ воспитательных ситуаций «на грани»: что сделать, чего избегать.

Иные задания по усмотрению разработчика:

Кейс: «Не хочу и не буду»
Ситуация: Ученица отказывается участвовать в школьной акции, мотивируя это тем, что «это всё показуха». Остальные участники реагируют по-разному: кто-то поддерживает, кто-то

осуждает. Классный руководитель вынужден принять решение.
Задание:

1. Определите: где здесь воспитательная ситуация, а где — конфликт ценностей.
2. Разработайте план действий: как сохранить диалог, не потерять уважения и не подменить воспитание давлением.
3. Укажите возможные ошибки со стороны педагога.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты должны опираться на **психологические и социальные объяснения поведения**, а не на бытовые интерпретации.
– Задания проверяют умение:
▪ анализировать ситуацию,
▪ видеть скрытые мотивы,
▪ предлагать конкретные, этичные решения.
– Преподаватель задаёт **эвристические вопросы**, стимулирующие поиск нестандартных решений:
▪ *Что, если конфликт — это просьба о контакте?*
▪ *Что за этим поведением хочет скрыть человек?*
– При работе в группах используется **ролевая симуляция** (воспитатель – подросток – наблюдатель), с последующим обсуждением эмоций и эффективности.

Тема занятия 8:

Проектирование и анализ воспитательной деятельности

Формы практических заданий:

– Проект
– Практикум по анализу
– Работа в группах: составление воспитательного мини-плана
– Дискуссия

Вопросы к обсуждению:

1. Почему важно начинать воспитательную работу с анализа группы, а не с формы?
2. Какие ошибки чаще всего встречаются при планировании воспитания?
3. Как определить, что воспитательная работа действительно сработала?
4. Какой формат эффективнее: проект, тренинг, акция, беседа?
5. Что нужно учитывать при анализе результата воспитательного мероприятия?

Темы контрольных работ:

1. Алгоритм проектирования воспитательного мероприятия: принципы, этапы, психолого-педагогические основания.
2. Критерии оценки эффективности воспитательной деятельности.
3. Сравнительный анализ проектных и событийных форм воспитания.
4. Типичные ошибки и риски при планировании воспитательной работы.

Темы проектов:

1. Разработка мини-проекта воспитательной работы для конкретной группы (с описанием целей, этапов, ожидаемых результатов и способов анализа).
2. Сравнительный анализ двух реальных воспитательных мероприятий: цели, методы, реакция аудитории, рефлексия.
3. Создание «Конструктора воспитательной деятельности»: бланк с переменными — цель, возраст, контекст, метод.
4. Визуальная карта «Путь от цели к событию»: как выстроить логичную и осмысленную воспитательную деятельность.

Иные задания по усмотрению разработчика:

Задание: «Проект или форма?»
Студенты получают набор описаний мероприятий (например: «выездной тимбилдинг», «день

добра», «классный час о справедливости», «просмотр фильма»).
Задание:

1. Определите, какая ценность стоит за мероприятием.
2. Преобразуйте каждое мероприятие в проект, добавив цели, этапы, результат.
3. Обоснуйте, какие критерии эффективности можно к нему применить.

Требования к выполнению практического задания:

– Студенты демонстрируют **способность к логическому, ценностному и структурному проектированию**.
– Учитываются:
▪ психолого-педагогическая обоснованность,
▪ адаптация под возраст и контекст,
▪ реалистичность,
▪ способы анализа результата.
– Преподаватель задаёт **направляющие вопросы**:
▪ *В чём ваша цель — поведение или смысл?*
▪ *Что почувствует участник?*
▪ *Как вы узнаете, что это было не зря?*
– Важно уделить внимание **рефлексии** — как у воспитанников, так и у самого педагога.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 1. Психология воспитания: предмет, цели и контексты	Ответы на вопросы по теме Подготовка эссе Анализ кейс-заданий
Тема 2. Возрастная динамика воспитательных влияний	Ответы на вопросы Написание эссе Анализ кейсов Подготовка проекта
Тема 3. Теории и модели воспитания в психологии	Ответы на вопросы Сравнительный анализ теорий Написание эссе Кейс-задания Мини-проект
Тема 4. Психология духовно-нравственного развития личности	Ответы на вопросы Эссе Анализ моральных дилемм (кейс) Рефлексия
Тема 5. Воспитательные практики в образовательной среде	Ответы на вопросы Эссе Разработка мини-проекта Кейс-анализ Рефлексивная работа
Тема 6. Индивидуальный подход и психологическое сопровождение	Ответы на вопросы Написание эссе Анализ кейсов Разработка фрагмента плана сопровождения Диагностическая таблица
Тема 7. Конфликты, сопротивление и девиантность	Ответы на вопросы Эссе Анализ кейсов Проработка стратегий реагирования
Тема 8. Проектирование и анализ воспитательной деятельности	Ответы на вопросы Эссе Разработка воспитательного проекта Работа с шаблонами Рефлексия и самооценка

Задания для самостоятельной работы к Теме 1: Психология воспитания: предмет, цели и контексты

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 1:

1. Чем воспитание отличается от обучения и социализации?
2. Почему воспитание невозможно без взаимодействия?
3. Что означает фраза «воспитание — это не воздействие, а встреча»?
4. Какие функции воспитания выделяются в психологии?
5. Каковы современные вызовы воспитанию в условиях цифровой культуры?
6. В чём проявляется воспитание как передача смысла, а не только норм?
7. Какие факторы формируют воспитательную среду образовательной организации?
8. Что такое «скрытое воспитание» и как оно проявляется в школе/вузе?
9. Почему важно осознавать контексты воспитания (социальный, культурный, медийный)?
10. Какова роль личности педагога в современном воспитательном процессе?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 1:

1. Воспитание как психологический процесс: от внешнего влияния к внутреннему выбору
2. Почему невозможно не воспитывать: «скрытые» формы воспитания
3. Личность педагога как воспитательный фактор: между влиянием и ответственностью
4. Воспитание и цифровая среда: союз или противостояние?
5. Психологическая среда как основа воспитательной системы школы
6. Контекст как воспитатель: как культура, язык и пространство транслируют нормы
7. Современный вызов воспитанию: формальность и утрата подлинного контакта
8. Социальные сети как воспитательное пространство: риски и возможности
9. Мотивация в воспитании: что движет теми, кто воспитывает?
10. Почему воспитание — это всегда про смысл?

Названия кейс-заданий к Теме 1:

1. **Кейс «Мероприятие без смысла»**
   Ситуация: Ученики отказались участвовать в классном часу на тему патриотизма. Аргумент: «Опять формальность. Никому это не интересно».
   Задание: Проанализируйте причины отказа, определите, в чём педагог допустил ошибку в контексте воспитания. Предложите альтернативный подход.

2. **Кейс «Учитель vs. Воспитатель»**
   Ситуация: Преподаватель отлично даёт материал, но с учениками не общается вне урока. Коллектив считает его неавторитетным.
   Задание: Чем отличается роль «преподавателя» от «воспитателя» в глазах подростков? Как можно изменить отношение к нему?

3. **Кейс «Когда воспитание молчит»**
   Ситуация: В школе регулярно вывешивают лозунги о честности, но ученики систематически списывают.
   Задание: Определите, почему официальная воспитательная позиция не работает. Какие невидимые сигналы получает ученик?

4. **Кейс «Диалог вместо контроля»**
   Ситуация: Студент опоздал на занятие и сказал: «Я не обязан объясняться». Педагог ответил жёстко, конфликт усилился.
   Задание: Проанализируйте поведение педагога и учащегося с точки зрения воспитания. Что было воспитательным, а что — разрушительным?

5. **Кейс «Воспитательная среда глазами новичка»**
   Ситуация: Новый ученик приходит в школу и за пару дней ощущает, что здесь «надо быть как все».
   Задание: Опишите, какие элементы среды формируют такое ощущение. Что можно изменить в организации среды, чтобы сохранить индивидуальность

Задания для самостоятельной работы к Теме 2: Возрастная динамика воспитательных влияний

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 2:

1. Почему важно учитывать возрастные особенности в воспитательной деятельности?
2. Как меняется ведущая деятельность у ребёнка в разные возрастные периоды (по Д.Б. Эльконину)?
3. Какова специфика воспитания в подростковом возрасте?
4. В чём суть понятия «чувствительность к воспитанию»?
5. Как влияет кризис идентичности (по Э. Эриксону) на воспитательное взаимодействие?
6. Какие ошибки чаще всего совершают взрослые, игнорируя возрастной этап воспитанника?
7. Как изменяется восприятие норм и авторитета в разных возрастах?
8. Какова роль сверстников в воспитательном процессе в подростковом возрасте?
9. Почему в юношеском возрасте особенно важны формы воспитания, основанные на диалоге?
10. Как возраст влияет на выбор форм и методов воспитательной работы?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 2:

1. Возрастная специфика воспитательной работы: от подражания к осознанности
2. Подростковый протест как форма сопротивления воспитанию
3. Почему нельзя «воспитывать всех одинаково»: психология чувствительных периодов
4. Влияние ведущей деятельности на восприимчивость к воспитательному воздействию
5. Авторитет взрослого глазами ребёнка: как он формируется и когда утрачивается
6. Воспитание в переходные периоды: как работать на границе возрастов
7. Формирование ценностей у младшего школьника: что работает и что нет
8. Воспитание в юношеском возрасте: от внешней морали к внутреннему выбору
9. Типичные ошибки педагогов в подростковом возрасте и их последствия
10. Влияние группы сверстников на воспитательный процесс: риски и ресурсы

Названия кейс-заданий к Теме 2:

1. **Кейс «Это для малышей»**
   Ситуация: Классный руководитель предложил ученикам 9 класса оформить стенгазету ко Дню доброты. Подростки восприняли задание с иронией, не выполнили его.
   Задание: Проанализируйте, почему форма воспитательной работы не была принята. Что не учёл педагог? Как адаптировать формат под подростков?
2. **Кейс «Правила без смысла»**
   Ситуация: В начальной школе детям запрещают бегать на переменах. В ответ учащиеся начинают бегать в коридоре, но «так, чтобы не увидели».
   Задание: Определите особенности возрастного поведения и способы работы с нормой. Какие методы воспитания будут более эффективны?
3. **Кейс «Сопротивление и смысл»**
   Ситуация: Старшеклассник отказывается участвовать в обсуждении темы «патриотизм», заявляя: «Всё это придумано для отчётности».
   Задание: Как реагировать на подобную позицию с учётом возрастных особенностей? Как создать пространство для рефлексии, а не конфронтации?
4. **Кейс «Разный возраст — разные реакции»**
   Ситуация: Одну и ту же воспитательную игру (поощрительный балл за хорошее поведение) применили в 3 классе и в 10 классе. Результаты оказались противоположными.
   Задание: Объясните, почему одна и та же форма вызвала разные реакции. Какие внутренние механизмы сработали в каждом возрасте?
5. **Кейс «Я сам знаю»**
   Ситуация: Подросток на замечание учителя отвечает: «Вы не имеете права меня воспитывать, я сам решаю, как жить».
   Задание: Проанализируйте ситуацию с точки зрения возрастной психологии. Предложите воспитательные ходы, не нарушающие границ, но возвращающие смысл взаимодействию.

Задания для самостоятельной работы к Теме 3: Теории и модели воспитания в психологии

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 3:

1. Каковы основные различия между бихевиористским, психоаналитическим и гуманистическим подходами к воспитанию?
2. Какие механизмы воспитания лежат в основе теории социального научения А. Бандуры?
3. Как теория Кольберга может применяться в воспитательной практике?
4. В чём ключевые идеи культурно-исторической теории воспитания Л.С. Выготского?
5. Какие условия необходимы для самоактуализации личности по К. Роджерсу?
6. Как влияет тип воспитательной теории на выбор методов и стиля общения с воспитанником?
7. Какие риски возникают при эклектическом (смешанном) применении теорий в воспитательной деятельности?
8. Почему важно понимать, на какую теорию опирается та или иная форма воспитания?
9. В чём заключается отличие подхода «воспитание как контроль» от «воспитание как диалог»?
10. Какую теорию воспитания вы считаете наиболее близкой личностно — и почему?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 3:

1. Сравнительный анализ подходов к воспитанию: поведенческий vs. гуманистический
2. Воспитание как интериоризация: взгляд психоанализа и культурно-исторической психологии
3. Этика заботы К. Гиллигэн: альтернатива и дополнение к теориям морали
4. Самоэффективность и подражание: теория социального научения в действии
5. Смысл и идентичность как цели воспитания: экзистенциальный подход
6. Воспитание как диалог: Я. Корчак, М.М. Бахтин и современная педагогика
7. От подкрепления к смыслу: эволюция моделей воспитательного воздействия
8. Универсальные принципы vs. контекстуальная мораль: дилеммы воспитателя
9. Как теория влияет на практику? Логика от концепции к методу
10. Личный педагогический стиль как отражение воспитательной модели

Названия кейс-заданий к Теме 3:

1. **Кейс «Награда и отказ»**
   Ситуация: Ученик не выполнил задание. Педагог лишает его «звезды» в системе поощрений. Ученик говорит: «Мне всё равно».
   Задание: Проанализируйте поведение и реакцию с позиции бихевиористской теории. Почему метод не сработал? Что могло бы быть эффективнее?

2. **Кейс «Не лезьте в душу!»**
   Ситуация: На воспитательном разговоре подросток говорит: «Я сам знаю, что делать. Не надо мне морали».
   Задание: Как бы повёл себя педагог, придерживающийся гуманистического подхода? Как — представитель социального научения? Обоснуйте.

3. **Кейс «Воспитание через обсуждение»**
   Ситуация: В классе обсуждают ситуацию: друг украл ради спасения семьи. Учащиеся спорят. Один говорит: «Закон — это главное», другой — «Если из-за добра, то можно».
   Задание: Каковы стадии морального развития по Кольбергу, представленные в реакции? Какие методы воспитания можно применить?

4. **Кейс «Всё идёт из семьи»**
   Ситуация: Воспитанник проявляет грубость к сверстникам. Родители говорят: «Он у нас с характером. Надо уметь постоять за себя».
   Задание: Как психоаналитик объяснил бы источник поведения? Как культурно-историческая психология? Какие шаги предпринять?

5. **Кейс «Ролевой тупик»**
   Ситуация: Педагог не может найти подход к подростку: «Он меня не слушает, и вообще будто не слышит».
   Задание: Примените модель «зоны ближайшего развития» Выготского: что может сделать педагог, чтобы стать помощником в развитии, а не «воспитателем сверху»?

Задания для самостоятельной работы к Теме 4: Психология духовно-нравственного развития личности

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 4:

1. В чём отличие морали от нравственности с точки зрения психологии?
2. Как формируется нравственное сознание у ребёнка и подростка?
3. Какие стадии морального развития выделял Л. Кольберг?
4. Как этика заботы К. Гиллигэн дополняет традиционные моральные теории?
5. В чём суть духовного поиска по В. Франклу и как он связан с воспитанием?

6. Что такое интериоризация моральных норм и как она происходит?
7. Какие условия способствуют формированию внутренней нравственной позиции?
8. Какова роль эмпатии и рефлексии в процессе духовно-нравственного развития?
9. Как распознать формальное усвоение ценностей и подлинное их принятие?
10. Как взаимодействуют воспитатель и воспитанник при формировании морального выбора?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 4:

1. Формирование нравственного сознания в детстве: механизмы и этапы
2. Стадии морального развития Л. Кольберга и их практическое значение
3. Этика заботы как альтернатива нормативному воспитанию
4. Роль смысла в духовно-нравственном развитии личности
5. Моральные дилеммы как инструмент воспитания рефлексии
6. Психологическая основа нравственного выбора: между нормой и отношением
7. Эмпатия как механизм развития нравственной чувствительности
8. Как воспитывается совесть? Теоретические и практические аспекты
9. Ценности подростка: что влияет сильнее — семья, сверстники, школа или медиа?
10. Нравственное развитие и сопротивление: почему навязанные ценности не приживаются?

Названия кейс-заданий к Теме 4:

1. **Кейс «Нельзя, но очень нужно»**
   Ситуация: Подросток рассказывает, что украл еду для младших братьев. Он считает, что поступил правильно.
   Задание: Определите, какая стадия морального развития здесь представлена (по Кольбергу). Как педагог может использовать ситуацию как воспитательный момент?
2. **Кейс «Формальное воспитание»**
   Ситуация: Класс участвует в акции «Честность — наша ценность». После акции ученики смеются и обсуждают, как они обманывают на контрольных.
   Задание: Почему ценность не была усвоена? Что говорит это о методах воспитания? Предложите альтернативную форму работы с этой ценностью.
3. **Кейс «Своя правда»**
   Ситуация: Девочка в 8 классе говорит: «Я никому не мешаю, мне не важно, что правильно по вашим нормам — у меня свои».
   Задание: Что отражает её позиция: стадия развития, защита, протест? Как педагог может выстроить диалог, сохранив уважение и задав направление?
4. **Кейс «Совесть или страх?»**
   Ситуация: Ученик признался в проступке, но сказал: «Я не хотел, чтобы мама узнала».

Задание: Что им двигало — совесть, страх, лояльность? Как это влияет на формирование нравственной позиции? Как работать с мотивацией?

5. **Кейс «Молчание как выбор»**
   Ситуация: На круглом столе по теме справедливости один подросток не высказался. После занятия он сказал: «Не хочу говорить, это всё не про нас».
   Задание: Что может стоять за отказом от обсуждения? Как создать атмосферу, где подросток захочет вступить в диалог?

Задания для самостоятельной работы к Теме 5: Воспитательные практики в образовательной среде

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 5:

1. Что отличает воспитательное мероприятие от формального события?
2. Какие критерии позволяют оценить эффективность воспитательной практики?
3. В чём отличие воспитательного события от воспитательной технологии?
4. Каковы признаки воспитательной среды, способствующей личностному росту?
5. Какие роли выполняет педагог в разных воспитательных форматах?
6. Что такое «скрытая программа» воспитания и как она влияет на учащегося?
7. Какие подходы к воспитательной деятельности выделяются в современной психолого-педагогической литературе?
8. Почему эмоциональное вовлечение учащихся важно в воспитательной работе?
9. Какие ошибки чаще всего совершаются при организации воспитательных мероприятий?
10. Каков алгоритм подготовки воспитательного проекта?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 5:

1. Воспитательное событие как точка смыслового развития
2. Как создать воспитательную среду: от атмосферы к результату
3. «Живое» и «мёртвое» воспитание: критерии подлинности
4. Классный час без смысла: почему форматы обесцениваются
5. Воспитание через участие: проектная и деятельностная модели
6. Самоуправление как форма личностно ориентированной воспитательной практики
7. Психологический климат как воспитательный фактор
8. Наставничество и кураторство: психологическая основа доверия
9. Эмоциональное и когнитивное в воспитательной практике

10. Как сохранить мотивацию к воспитательной деятельности у педагога

Названия кейс-заданий к Теме 5:

1. **Кейс «Акция без участия»**
   Ситуация: В школе прошла акция «Добрые дела», но участие было формальным: учащиеся подписали отчёт, не включившись в суть.
   Задание: Определите, почему не было эффекта. Что можно изменить? Какой формат мог бы вызвать эмоциональный отклик?

2. **Кейс «Учитель-организатор»**
   Ситуация: Педагог формально проводит классные часы, не веря в их важность. Учащиеся это чувствуют и начинают игнорировать.
   Задание: Какова роль личной позиции педагога в воспитательном процессе? Можно ли воспитывать, не веря в то, что делаешь?

3. **Кейс «Точка роста»**
   Ситуация: После волонтёрского проекта один из учащихся говорит: «Я впервые почувствовал, что от меня что-то зависит».
   Задание: Почему этот проект сработал? Что отличает его от «просто мероприятия»? Какие психологические механизмы были запущены?

4. **Кейс «Безопасная среда»**
   Ситуация: В классе, где принято высмеивать ответы других, мероприятия проходят формально — никто не хочет говорить.
   Задание: Как среда влияет на воспитательную активность? Что может изменить педагог?

5. **Кейс «Стенгазета как сопротивление»**
   Ситуация: Ученики оформляют стенгазету с явным сарказмом по теме «толерантность».
   Задание: Как расценить такое поведение — девиация, протест, ирония? Как выстроить воспитательную работу, сохраняя диалог и ценности?

Задания для самостоятельной работы к Теме 6: Индивидуальный подход в воспитании и психологическое сопровождение

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 6:

1. Что входит в понятие индивидуального подхода в воспитании?
2. Какие психологические характеристики необходимо учитывать при построении индивидуального взаимодействия?
3. Как отличить особенности личности от воспитательных трудностей?
4. Какие типы воспитуемости выделяются в психологии?
5. Каковы принципы этичного сопровождения обучающегося?
6. В чём отличие воспитания от сопровождения?

7. Какие методы диагностики можно применять для определения воспитательных потребностей?
8. Почему важно учитывать не только поведение, но и его возможные причины?
9. Какие риски существуют при неправильно организованном индивидуальном сопровождении?
10. Что отличает поддерживающее взаимодействие от зависимости воспитанника?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 6:

1. Индивидуальный подход как условие успешной воспитательной работы
2. Психологическое сопровождение как форма развития, а не контроля
3. Типология воспитуемости: как работать с разными типами обучающихся
4. Как избежать манипуляции и подмены помощи в воспитательном взаимодействии
5. Эмпатия и принятие как инструменты воспитания личности
6. Психологические особенности подростков, требующих индивидуального подхода
7. Сопровождение и автономия: как помочь не навредив
8. Принципы составления индивидуального воспитательного плана
9. Работа с тревожным, демонстративным и замкнутым учащимся: воспитательные подходы
10. Педагогическое выгорание как следствие неправильного сопровождения

Названия кейс-заданий к Теме 6:

1. **Кейс «Тихий и незаметный»**
   Ситуация: Ученик постоянно молчит, не вступает в контакт, учителя считают его «нейтральным». Оказывается, он переживает домашние трудности.
   Задание: Какие признаки могли бы насторожить педагога? Как выстроить взаимодействие без давления?
2. **Кейс «Все обо мне забыли»**
   Ситуация: Девочка активно участвовала в мероприятиях, потом резко отдалилась от всех. Педагог не заметил.
   Задание: Как можно выстроить систему наблюдения и обратной связи? Как проявляется сигнал «молчаливой нужды»?
3. **Кейс «Проблемный и громкий»**
   Ситуация: Подросток перебивает, спорит, игнорирует задания. Учителя устают и выгоняют его с занятий.
   Задание: Определите возможные причины поведения. Что можно изменить во взаимодействии, чтобы перевести протест в сотрудничество?
4. **Кейс «Ты мне нравишься, я с тобой»**
   Ситуация: Один ученик выбирает только одного взрослого, только его слушает,

игнорирует остальных.
Задание: Почему возникает такая привязанность? Как работать, чтобы не сформировать зависимость?

5. **Кейс «Сопровождение или вторжение»**
Ситуация: Педагог предлагает поддержку, но учащийся отказывается: «Я сам справлюсь».
Задание: Как понять, когда помощь нужна, но не принимается? Что делать в таких случаях? Как не нарушить границы?

Задания для самостоятельной работы к Теме 7: Конфликты, сопротивление и девиантность в воспитательном процессе

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 7:

1. Какие психологические причины могут лежать в основе сопротивления воспитанию?
2. В чём разница между воспитательным конфликтом и разрушительным конфликтом?
3. Какие формы девиантного поведения чаще всего встречаются в образовательной среде?
4. Как связаны эмоциональные потребности учащегося и его агрессивное/отвергающее поведение?
5. Почему важно различать личность и поступок в воспитательной работе?
6. Какую роль играет групповая динамика в формировании и закреплении девиантного поведения?
7. Каковы принципы ненасильственного общения и восстановительного подхода в конфликтных ситуациях?
8. В каких случаях воспитание может вызвать сопротивление, даже если оно «правильное»?
9. Как педагог может остаться в позиции воспитателя в условиях острого конфликта?
10. Почему профилактика девиантности должна включать работу со средой, а не только с «проблемным» учеником?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 7:

1. Сопротивление воспитанию: психологическая защита или форма развития?
2. Девиантность как вызов воспитательной системе
3. Воспитательный конфликт: условия перехода от конфронтации к диалогу
4. Роль группы в формировании отклоняющегося поведения
5. Границы дозволенного: как соблюсти баланс между контролем и свободой
6. Ненасильственное общение как инструмент воспитательной работы в конфликте

7. Стратегии педагогического реагирования на демонстративное поведение
8. Работа с «трудным» подростком: тактика эмпатического включения
9. Как воспитатель может восстановить контакт после острого конфликта?
10. Этические ошибки воспитателя в работе с сопротивляющимся учеником

Названия кейс-заданий к Теме 7:

1. **Кейс «Не трогайте меня!»**
   Ситуация: Подросток агрессивно реагирует на попытку обсуждения его поведения. Говорит: «Это моя жизнь».
   Задание: Определите, какие механизмы защиты могут стоять за агрессией. Предложите тактику построения контакта.
2. **Кейс «Мы все такие»**
   Ситуация: В классе принято игнорировать педагога. Каждый ученик говорит: «А что, у нас все так».
   Задание: Как влияет групповая динамика на сопротивление? Как можно работать с нормой группы, а не только с индивидом?
3. **Кейс «Конфликт в публичной форме»**
   Ситуация: Учитель делает замечание ученику при всем классе. Ученик отвечает вызывающе. Класс замирает.
   Задание: Каковы ошибки взрослого? Как можно выйти из конфликта без потери педагогической позиции?
4. **Кейс «Наказание без смысла»**
   Ситуация: Ученика лишили участия в мероприятии за грубость. Он смеётся и говорит: «Лучше бы вообще ничего не делал».
   Задание: Что демонстрирует такая реакция? Как перевести наказание в развитие?
5. **Кейс «Внутренний бунт»**
   Ситуация: Студент на занятиях молчит, но в личном дневнике пишет резкие и жёсткие мысли о преподавателях и системе.
   Задание: Что это: сопротивление, девиантность, форма поиска? Как реагировать? Нужно ли вмешиваться?

Задания для самостоятельной работы к Теме 8: Проектирование и анализ воспитательной деятельности

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Теме 8:

1. С чего начинается проектирование воспитательной деятельности?
2. Чем отличается воспитательное мероприятие от воспитательного проекта?
3. Какие ошибки чаще всего совершаются при планировании воспитательной работы?
4. Почему важно диагностировать группу до начала воспитательной деятельности?

5. Какие цели воспитания можно считать содержательными, а не формальными?
6. Какие критерии позволяют оценить эффективность воспитательного мероприятия?
7. Как включить обучающихся в проектирование — и зачем это нужно?
8. Какие формы анализа результата можно использовать кроме формальных отчётов?
9. В чём опасность шаблонных и повторяющихся форм воспитательной работы?
10. Как педагог может использовать рефлексию своей практики для роста в воспитании?

Перечень тем рефератов / эссе к Теме 8:

1. Проектирование воспитательного мероприятия: от замысла к реализации
2. Как оценить эффективность воспитательной деятельности: психолого-педагогические подходы
3. Диагностика как стартовая точка воспитательной работы
4. Как не потерять смысл в процессе воспитательной бюрократии
5. Осознанность воспитательной деятельности как профессиональный навык
6. Роль рефлексии в анализе результатов воспитания
7. Участие обучающихся в планировании: возможности и ограничения
8. Формальное и подлинное в проектной воспитательной практике
9. Почему воспитание должно быть событийным, а не отчётным
10. Сценарное и живое проектирование: что выбирает современный педагог?

Названия кейс-заданий к Теме 8:

1. **Кейс «Ничего не изменилось»**
   Ситуация: Педагог проводит серию мероприятий. В отчёте — всё отлично. В группе — пассивность и цинизм.
   Задание: Проанализируйте причины отсутствия эффекта. Что значит «измеримость результата» в воспитательной деятельности?
2. **Кейс «Форма без смысла»**
   Ситуация: Школьники оформили выставку на тему «Семейные ценности». Участвовали формально, обсуждений не было.
   Задание: Как можно было перепроектировать это мероприятие, сохранив тему, но изменив подход?
3. **Кейс «Участие vs. управление»**
   Ситуация: Педагог дал ученикам свободу проектировать акцию. Они выбрали неожиданный, но конструктивный формат. Руководство отнеслось скептически.
   Задание: Каковы плюсы и риски включения подростков в проектирование? Как поддержать инициативу и удержать воспитательную цель?

4. **Кейс «Много всего — и ни о чём»**
   Ситуация: В учреждении регулярно проходят мероприятия, но они не связаны между собой, нет общей линии.
   Задание: Как выстроить воспитательную систему, чтобы каждое событие дополняло другое? Предложите логическую модель.

5. **Кейс «Рефлексия или отчёт?»**
   Ситуация: После мероприятия учащимся предложили заполнить анкету с вопросами: «Что понравилось? Что не понравилось?». Анкеты были формальны.
   Задание: Чем отличается рефлексия от формальной обратной связи? Как её организовать?

П.2.6. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

Тема 1. Психология воспитания: предмет, цели и контексты

Сравнительная таблица "воспитание / социализация"



Картинка «воспитание vs контроль»



Тема 2. Возрастная динамика воспитательных влияний

Таблицы по возрастным периодам, ведущей деятельности (по Эльконину)



Периодизация психического развития по Д. Б. Эльконину

Название стадии	Социальная ситуация развития	Ведущий вид деятельности	Психологические новообразования
0 – 1 МЛАДЕНЧЕСТВО	«Мы»	непосредственно-эмоциональное общение младенца со взрослым (I)	Ходьба Речь (первые слова)
1 – 3 РАННЕЕ ДЕТСТВО	«Ребенок – предмет – взрослый»	предметно-манипулятивная деятельность (II)	Самосознание «Я сам!»
3 – 7 ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ	«Ребенок – общественный взрослый»	сюжетно-ролевая игра (I)	Внутренняя позиция школьника
7 – 10 (11) МЛАДШИЙ ШКОЛЬН ВОЗРАСТ	«Ребенок – задача – взрослый»	учебная деятельность (II)	Рефлексия Овладение полной структурой УД
11 – 15 ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ	Авторитет сверстников	интимно-личностное общение со сверстниками (I)	«Чувство взрослости»
15 – 17 (18) РАННЯЯ ЮНОСТЬ	Профессиональное самоопределение	учебно-профессиональная деятельность (II)	Умение строить жизненные планы

Инфографика «Зоны ближайшего развития»



Тема 3. Теории и модели воспитания

Сравнительная таблица: теории воспитания (Фрейд, Роджерс, Выготский и др.)

Концепции	Основные представители	Модель социального поведения личности	Цель социализации	Интерпретация педагогической сущности социализации
Адаптивная	Дж. Дьюи, В. Кукартц	Человек делающий	Приспособление личности к существующему образу жизни	Обеспечить ребенку возможность накопления собственного опыта решения жизненных проблем
Ролевая	Э. Дюркгейм, Дж. Мид	Человек играющий	Интеграция личности в социум через освоение ею системы социальных ролей	Создавать правила и планы социального поведения детей, придавая ему в нужный момент необходимую ролевую форму
Критическая	К. Роджерс, А. Маслоу	Человек самоопределяющийся	Самореализация и самоутверждение человека в социуме	Побуждать детей к социальному поведению, мотивированному ценностями собственного «Я»
Когнитивная	Ж. Пиаже, Л. Колберг	Человек познающий	Вносить в сознание человека когниции, помогающие ему устанавливать равновесие с социумом	Создавать в окружении ребенка (в семье, школе) «проекции» социального равновесия, стабильности, терпимости, заботы
Социального научения	А. Бандура, У. Бронфенбреннер	Человек наблюдающий	Овладеть социальным поведением, которое представляет «обмен деятельностями» между людьми	Целенаправленно использовать примеры для подражания, систему поощрений и наказаний. Это позволит формировать поведение по социально значимой модели
Психоаналитическая	З. Фрейд, Э. Эриксон	Человек желающий	Социализировать – это значит приучать человека принимать произвольные, автономные решения	Развивать социальные чувства детей, организовывать интеллектуальное осознание ошибок и достижений в своем поведении
Психодинамическая	К. Левин, Ф. Хайдер	Человек объясняющий	Научить человека жить, используя атрибуции повседневных событий, поступков людей.	Учить детей в играх и общении распознавать ошибки причинно-следственных связей социального поведения других людей, побуждать их относиться к окружающим людям так, как они хотели бы, чтобы относились к ним.

Иллюстрация стадий морального развития Кольберга



Тема 4. Духовно-нравственное развитие

Таблица: сравнение морали и нравственности



Понятие «мораль»	Понятие «нравственность»
Специфическая сфера культуры, в которой концентрируются и обобщаются **высокие идеалы** и **строгие нормы**, регулирующие поведение и сознание человека в различных областях общественной жизни	Принципы **реального практического** поведения людей, в котором строгость высокоморальных норм значительно смягчена, т.е. в данное понятие вкладывается более «житейское», «приземленное» значение
↓	↓
Что должно быть, к чему человек должен стремиться (мир должного)	Реально практикуемые нормы, с которыми человек сталкивается в повседневной жизни (мир сущего)

ЭТИКА – философская наука, предметом изучения которой является **мораль**, **нравственность**.

Тема 5. Воспитательные практики в образовательной среде

Модели воспитательных форматов (проект, тренинг, акция и др.)



Роли педагога в воспитательной деятельности



Цикл воспитательного мероприятия (от цели до рефлексии)



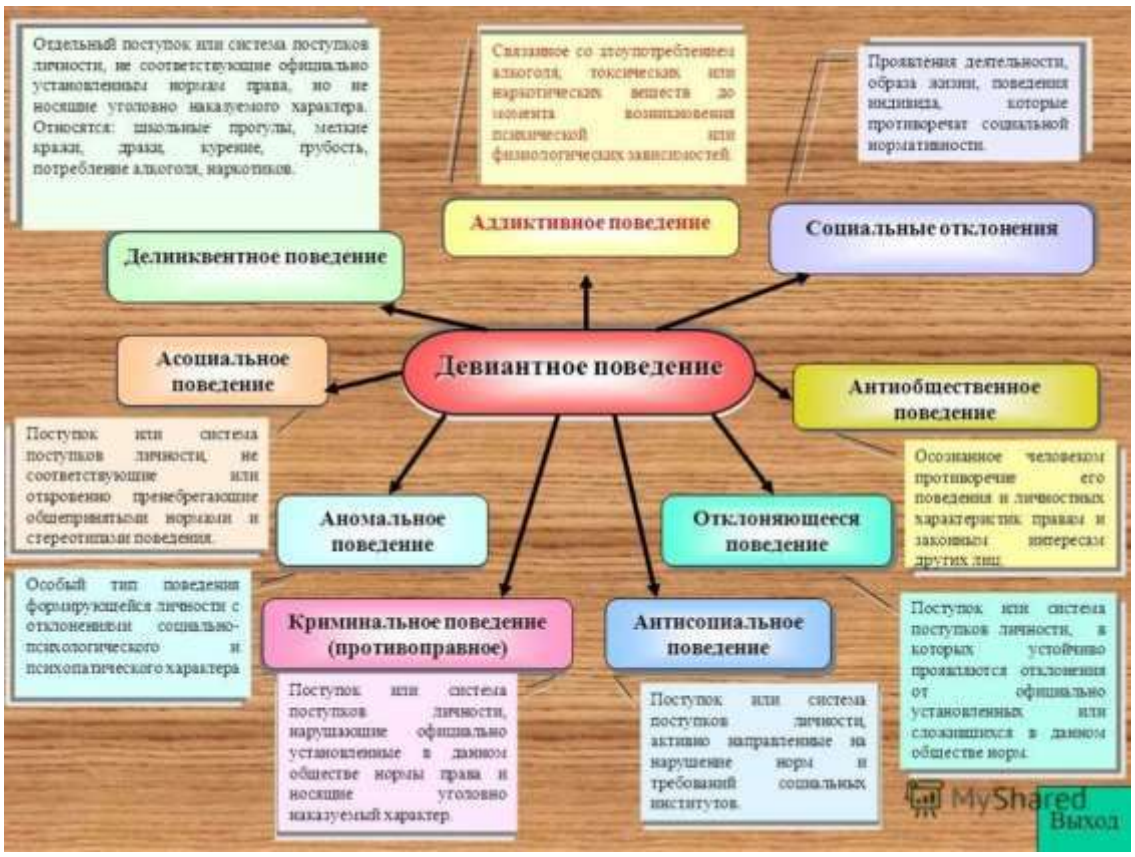
Тема 6. Индивидуальный подход и психологическое сопровождение

Ошибки при сопровождении (давление, зависимость, выгорание)



Тема 7. Конфликты, сопротивление и девиантность

Девиантное поведение: классификация + причины



Тема 8. Проектирование и анализ воспитательной деятельности

Шаблон проектирования воспитательной работы

Сентябрь

Общешкольные дела и мероприятия: 1 сентября - День Знаний, Неделя здоровья «Здоровье и успех – для всех».

№ п.п	Направление	Мероприятие	Ответственные	Отметка о выполнени
1	*Здоровый образ жизни*	Спортивные соревнования в рамках недели здоровья.	Кл. рук., учителя физ. к	
		Спортивная викторина.	Учителя физ. культуры	
		25.000 шагов к здоровью, или движение – это жизнь.	Кл. рук.	
		Районные соревнования по лёгкой атлетике	Учителя физ. культуры	
2	*Профилактика травматизма*	Урок по ПДД.	Кошелевский В.В., кл. рук.	
		Урок противопожарной безопасности.	Большаков В.С, кл. рук.	
3	*Профилактика правонарушений*	Поведение обучающихся на уроке и перемене. Правила поведения ученика.	Классный руководитель	
		Социальный паспорт класса.	Классный руководитель	
4	*Интеллектуальное*	Запись в кружки дополнительного образования.	Кл. рук., рук. кружков	
		Игра «День финансиста».	Кошелевский В.В.	
		Выпуск буклета «День финансиста».	Кл. руководитель	
5	*Творческое*	Конкурс презентаций «Спорт вместо наркотиков».	Кл. руководитель	
		Всероссийский фотоконкурс «Мой первый школьный звонок». http://minobr.org.	Кл. рук., обучающиеся	
		Фестиваль «Игумен земли Русской».	Обучающиеся	
6	*Развитие самоуправления*	Планирование работы класса на 2014-2015 уч. год.	Кл. руководитель	
		Выборы органов самоуправления класса.	Кл. руководитель	
		ДОО «Лидер».	Кураторы центров	
7	*Нравственное*	Моя малая родина.	Классные руководители	
		Трагедия Беслана.	Кл. руководитель	
		Районный фестиваль «Игумен земли Русской»	Кл. рук., обучающиеся	
8	*Работа с род.*	Заседание родительского комитета класса.	Классный руководитель	
9	*Методическое*	1. Утверждение плана воспитательной работы на 2014-2015 уч. год. 2. Папка классного руководителя. 3. Оформление классного уголка по единым требованиям.		
10	*Контроль*	1. Сдача плана воспитательной работы. 2. Соблюдение графика проведения классных часов – 3 неделя. 3. Список детей группы риска, социальный паспорт класса. 4. Отчёт по экскурсиям, спортивным мероприятиям. 5. Выставки.		

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК (КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО)

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование

Направленность
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь

представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе

оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов,

не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;

- тема презентации;

- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;

- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;

- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;

2. Изучить правила и условия выполнения задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: Российские базовые ценности в нормативно-правовых актах, государственных документах, программах воспитания

Цели занятия: рассмотреть Российские базовые ценности в нормативно-правовых актах, государственных документах, программах воспитания.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Российские базовые (национальные, гражданские) нормы и ценности: общее понятие. Духовная культура народов России, традиционные российские духовно-нравственные и социокультурные ценности как источник российских базовых ценностей. Конституция как легитимный (законный) источник российских базовых национальных норм и ценностей. Российские базовые ценности – инвариантное содержание воспитания в российском обществе и в системе образования. Состав российских базовых национальных ценностей, их характеристики, взаимосвязь, основные группы.

Тема 1.2. лекционного занятия: Целевые ориентиры результатов воспитания обучающихся в образовательных организациях на основе российских базовых ценностей.

Цели занятия: определить целевые ориентиры результатов воспитания обучающихся в образовательных организациях на основе российских базовых ценностей.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Тренды воспитания в современных условиях (воспитание: педагогический ответ на вызовы 21 века, ценности воспитания в эпоху «обесценивания», «технологизация» воспитания). Реалии нового времени: аксиологический аспект. Категориально-понятийный аппарат педагогической аксиологии. Аксиологические параметры развития личности. Принципы гуманизации воспитательного процесса. Основные идеи системы воспитания. Аксиологические ориентиры современного воспитания.

Тема 2.1. лекционного занятия: Формы и методы воспитания.

Цели занятия: рассмотреть формы и методы воспитания.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Система форм и методов воспитания. Понятие метода, приёма, средства воспитания. Различные подходы к классификации методов воспитания. Классификация методов воспитания по способу и средству усвоения социального опыта: методы формирования сознания, методы организации жизнедеятельности, методы стимулирования и коррекции поведения. Классификация форм организации воспитательного процесса по количеству участников и по видам деятельности. Выбор методов воспитания.

Тема 2.2. лекционного занятия: Технологии организации воспитательной работы.

Цели занятия: рассмотреть технологии организации воспитательной работы.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Сущность воспитательной технологии. Целеобразование. Критерии технологичности. Структура современной воспитательной технологии. Классификации

воспитательных технологий. Технология коллективной творческой деятельности. Технология разработки и реализации воспитательного события: современные практики. Технология организации гражданско-патриотического воспитания в коллективе класса. Технология формирования коммуникативной компетенции у обучающихся. Технология организации воспитательных практик по приоритетным направлениям деятельности школы. Организация воспитательных практик с использованием цифровой коммуникации

Тема 3.1. лекционного занятия: Основные задачи и функции классного руководителя.

Цели занятия: определить основные задачи и функции классного руководителя.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Нормативные документы, определяющие деятельность классного руководителя в образовательном учреждении. Разнообразие типов классных руководителей: учитель-предметник, одновременно выполняющий функции классного руководителя; освобожденный классный руководитель, тьютор, классный наставник. Функции классного руководителя: создание благоприятных психолого-педагогических условий в классе, формирование классного коллектива как воспитательной среды, организация системы отношений и системной работы через различные формы воспитывающей деятельности, гуманизация и гармонизация отношений между всеми участниками образовательного процесса, координация образовательного процесса в классе, разработка индивидуальных образовательных траекторий и обеспечение предпрофессионального самоопределения, духовно-нравственное воспитание обучающихся, воспитание уважения к семье, навыков здорового образа жизни, бережного отношения к окружающей среде, готовности к жизни и труду, защита прав и соблюдение законных интересов каждого ребёнка, взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся, повышение их педагогической компетентности, в том числе, в вопросах информационной безопасности детей.

Тема 3.2. лекционного занятия: Основные цели и задачи деятельности классного руководителя.

Цели занятия: определить основные цели и задачи деятельности классного руководителя.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Профессиональные и социальные роли классного руководителя. Принципы воспитательной деятельности классного руководителя. Инвариантная и вариативная части содержания деятельности классного руководства. Личностно-ориентированная деятельность классного руководителя по воспитанию и социализации обучающихся. Формирование классного коллектива как воспитательной среды, обеспечивающей социализацию каждого ребенка. Организация системы отношений и системной работы через различные формы воспитывающей деятельности, в том числе коллективной и индивидуальной творческой деятельности, вовлекающей каждого ребёнка в разнообразные коммуникативные ситуации. Воспитание доверительных отношений между всеми участниками образовательного процесса. Выявление и поддержка обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

Тема 4.1. лекционного занятия: Планирование воспитательной работы в классном коллективе.

Цели занятия: рассмотреть форму планирования воспитательной работы в классном коллективе.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Планирование воспитательной работы в классном коллективе: виды, формы и содержание планов. Классный час – актуальная форма общения классного руководителя и обучающихся. Проектирование классного часа. Технология коллективной творческой деятельности. Технология воспитательного события. Организация воспитательных практик с использованием цифровой коммуникации.

Формирование социально-гражданских компетенций. Социальная практика формирования морально-этической компетенции. Социальная практика формирования профессионально-трудовой компетенции.

Тема 4.2. лекционного занятия: Анализ эффективности работы классного руководителя.

Цели занятия: проанализировать эффективность работы классного руководителя, формы работы.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Педагогический анализ состояния и результатов воспитательной работы в классе. Изучение состояния и эффективности воспитательной работы в классе. Дневник классного руководителя (список учащихся, подробные данные об учащихся и членах семьи, занятость в кружках и секциях, поручения, список актива, график дежурства, дневник педагогических наблюдений и т.п.). Анализ эффективности целеполагания и планирования воспитательной работы в классе. Анализ динамики социальной ситуации развития учащихся. Анализ педагогического взаимодействия с семьями учащихся класса и с родительским активом. Анализ организации педагогического взаимодействия взрослых, работающих с учащимися класса. Итоговые диагностические исследования, анкетирования, опросы и т.д. Сведения о проведении и результатах отдельных мероприятий, акций или отдельных периодов жизни классного коллектива.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: 1.1. **Российские базовые ценности в нормативно-правовых актах, государственных документах, программах воспитания.**

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1.Раскройте сущность и содержание педагогической аксиологии как отрасли педагогической науки.

2. Дайте характеристику доминантных, нормативных, стимулирующих, сопутствующих ценностей образования.

3. Раскройте смысл ценностного сознания, ценностного отношения, ценностного поведения, ценностного самоопределения
4. Приведите конкретные примеры проявления ценностного сознания, ценностного отношения, ценностного поведения, ценностного самоопределения

Тема занятия: 1.2. Целевые ориентиры результатов воспитания обучающихся в образовательных организациях на основе российских базовых ценностей

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Охарактеризуйте ценностные аспекты воспитания.
2. Проанализируйте подходы к определению методов воспитания, формирующих у обучающихся ценностное сознание, отношение, поведение
3. При каких условиях возможна реализация указанных (и других известных вам) методов воспитания в современной школе?
4. Используя имеющиеся в арсенале науки методики, определите направленность ценностных ориентаций обучающихся различных возрастных групп. Меняется ли с возрастом отношение ребенка к окружающим людям, самому себе, к познавательной деятельности?

Тема занятия: 2.1. Формы и методы воспитания.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. В чем заключается проблема выбора метода, технологии воспитания?
2. Приведите классификации методов воспитания/ технологий воспитания. Поясните особенности каждой из них.
3. Прокомментируйте высказывание: использованию современных образовательных технологий «С технологией большие популяции стали реальностью, теперь большие популяции делают технологии обязательными» (Джозеф Кратч)
4. Чем отличается технология от искусства воспитания? методов, приемов и форм воспитания?
5. Какие новые качества приобретает процесс воспитания, развивающийся по технологической схеме?
6. Будущее за искусством или за технологией воспитания? Почему?
7. По каким приоритетным направлениям деятельности школы могут быть организованы воспитательные практики?
8. В чем сущность комплексного подхода к воспитанию?

Тема занятия: 2.2. Технологии организации воспитательной работы

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Сущность воспитательной технологии. Целеобразование.

Критерии технологичности.

Структура современной воспитательной технологии.

Классификации воспитательных технологий.

Технология коллективной творческой деятельности.

Технология разработки и реализации воспитательного события: современные практики.

Технология организации гражданско-патриотического воспитания в коллективе класса.

Технология формирования коммуникативной компетенции у обучающихся.

Технология организации воспитательных практик по приоритетным направлениям деятельности школы.

Организация воспитательных практик с использованием цифровой коммуникации

Тема занятия: 3.1. Основные задачи и функции классного руководителя.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Каковы функции классного руководителя? Какие из них, на ваш взгляд, вызывают трудности у молодых педагогов?

2. Ориентируясь на обязанности классных руководителей, обозначенные в нормативных документах, ответьте на вопросы: надо ли специально готовить будущих педагогов к классному руководству? Почему?

3. Какова роль классного руководителя в создании классного коллектива?

Тема занятия: 3.2. Основные цели и задачи деятельности классного руководителя

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1 . Как научиться определять уровень развития коллектива?

2. Каковы основные формы и методы организации коллектива?

3. Каковым принципы сотрудничества коллектива и личности?

4. Каковы этапы формирования классного коллектива?

5. Прокомментируйте высказывания: «И воспитание и образование нераздельны. Нельзя воспитывать, не передавая знания; всякое же знание действует воспитательно» (Л.Н. Толстой), «Ребенок - импульсивное существо, ему трудно понять нас. Это мы, воспитатели, обязаны понимать ребенка и строить наши воспитательные планы с учетом движений его души» (Ш.А. Амонашвили)

Тема занятия: 4.1. Планирование воспитательной работы в классном коллективе.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Каковы обязанности классного руководителя на этапах планирования и организации воспитательных дел?

2. Каковы обязанности педагога на этапах организации и анализа?

3. Что такое социально-ориентированные воспитательные дела?

4. Как вырабатывается дисциплинированность школьников?

5. В чем сущность коллективных воспитательных дел?

6. Какова структура воспитательных дел?

7. Как формируется активная жизненная позиция?

Тема занятия: 4.2. Анализ эффективности работы классного руководителя
Формы практических заданий: дискуссии.
Вопросы для обсуждения в дискуссии

1. Что такое этические воспитательные дела?
2. Как формируются общечеловеческие ценности?
3. Как разрешаются нравственнее проблемы полового воспитания?
4. В чем сущность эстетических воспитательных дел?
5. Какую цель преследуют физкультурные воспитательные дела?
6. В чем сущность экологических воспитательных дел?
7. Какую цель преследуют трудовые воспитательные дела?
8. Какие другие виды воспитательных практик вы можете назвать?

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Ценностные основы воспитательной деятельности Тема 1.1. Российские базовые ценности в нормативно-правовых актах, государственных документах, программах воспитания Тема 1.2. Целевые ориентиры результатов воспитания обучающихся в образовательных организациях на основе российских базовых ценностей	Самостоятельное изучение материала раздела
	Подготовка реферата
Раздел 2. Современные формы, методы и технологии организации воспитательной работы Тема 2.1. Формы и методы воспитания	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 2.2. Технологии организации воспитательной работы	
Раздел 3. Классный руководитель как субъект воспитательной деятельности в образовательной организации **Тема 3.1** Основные задачи и функции классного руководителя. **Тема 3.2 Основные цели и задачи деятельности классного руководителя**	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
Раздел 4. Проектирование и организация воспитательных практик в деятельности классного руководителя **Тема 4.1. Планирование воспитательной работы в классном коллективе** **Тема 4.2 Анализ эффективности работы классного руководителя**	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Ценностные основы воспитательной деятельности.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Стратегия национальной безопасности.
2. Актуальные проекты в области воспитания.
3. Цель и задачи воспитательной деятельности педагога в соответствии с нормативными документами (ФЗ 273 «Об образовании в РФ», ФГОС ОО, Примерная программа воспитания, ФГОС ВО 3++, Профессиональные стандарты).
4. Российские гражданские (базовые, общенациональные) нормы и ценности как основа для формирования нормативных ценностно-целевых основ воспитания детей в образовательном учреждении.

5. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

1.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Ценности педагогической деятельности.
2. Цели, задачи и ценности воспитания в современных условиях.
3. Цели воспитания в современной России: социальное содержание в социальном контексте.
4. Ценностная сущность творческой деятельности учителя и учащихся в педагогическом процессе.
5. Народная педагогика и общечеловеческие ценности в воспитании личности.
6. Проблема ценности образования в современной философии.
7. Ценностные основания «педагогики сотрудничества».
8. Гуманистический стиль общения учителя с учащимися как нравственная ценность.
9. Педагогическая этика – ценность профессионально-педагогической деятельности.
10. Аксиологический подход в воспитании.
11. Национальные ценности в воспитании.
12. Воспитание личности на основе национальных ценностей.
13. Региональные ценности в воспитании молодежи.
14. Базовые национальные ценности российского общества и их отражение в ФГОС.
15. Базовые национальные ценности российского общества как основа разработки программ внеурочной деятельности.
16. Общечеловеческие ценности в воспитании молодого поколения.
17. Гуманистические принципы воспитательного процесса.
18. Исторические ценности в воспитании.
19. Культурные ценности в воспитательном процессе образовательной организации.
20. Эстетические ценности в воспитании молодого поколения.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2. Современные формы, методы и технологии организации воспитательной работы

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Система форм и методов воспитания.
2. Понятие метода, приёма, средства воспитания.
3. Различные подходы к классификации методов воспитания.
4. Классификация методов воспитания по способу и средству усвоения социального опыта: методы формирования сознания, методы организации жизнедеятельности, методы стимулирования и коррекции поведения.
5. Классификация форм организации воспитательного процесса по количеству участников и по видам деятельности.

6. Выбор методов воспитания.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Дискуссионные технологии в воспитании
2. Ситуационные технологии в воспитании
3. Игровые технологии в воспитании
4. Авторские воспитательные системы и технологии
5. Методика коллективной творческой организации жизнедеятельности школьников
6. Гуманистически ориентированные педагогические технологии
7. Методы и технологии в воспитании отношения к труду
8. Методы и технологии в воспитании чести и достоинства как неотъемлемых качеств образованного и порядочного человека.
9. Инновационные технологии организации внеурочной деятельности ребенка в школе/ДО.
10. Гуманно-личностная технология Ш.А. Амонашвили.
11. Система гуманного коллективного воспитания В.А. Сухомлинского.
12. Модель трудового воспитания А.А. Католикова по системе коммуны А.С. Макаренко.
13. Педагогика сотрудничества (С.Т. Шацкий, В.А. Сухомлинский, Л.В. Занков, И.П. Иванов, Е.Н. Ильин, Г. К. Селевко и др.)
14. Технология проблемного воспитания.
15. Технология интерактивного воспитания.
16. Технологии КТД И. П. Иванова.
17. Технология здоровьесберегающая.
18. Технология «Портфолио».
19. Технология педагогической поддержки.
20. Технология «информационное зеркало».
21. Технологии социального воспитания подрастающего поколения.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3. Классный руководитель как субъект воспитательной деятельности в образовательной организации

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Профессиональные и социальные роли классного руководителя.
2. Принципы воспитательной деятельности классного руководителя.
3. Инвариантная и вариативная части содержания деятельности классного руководства. Личностно-ориентированная деятельность классного руководителя по воспитанию и социализации обучающихся.
4. Формирование классного коллектива как воспитательной среды, обеспечивающей социализацию каждого ребенка.
5. Организация системы отношений и системной работы через различные формы воспитывающей деятельности, в том числе коллективной и индивидуальной творческой деятельности, вовлекающей каждого ребёнка в разнообразные коммуникативные ситуации.
6. Воспитание доверительных отношений между всеми участниками образовательного процесса.
7. Выявление и поддержка обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

Перечень тем рефератов к Разделу 3:

1. Класс как воспитательная система.
2. Моделирование воспитательной системы класса.
3. Развитие воспитательной системы класса: закономерности, противоречия, этапы.
4. Информационно-аналитическое обеспечение воспитательного процесса в классе.
5. Система информационного обеспечения управления воспитательным процессом в классе.
6. Мотивационно-целевая функция в управлении воспитательным процессом в классе.
7. Цели воспитания в современной гуманистической педагогике.
8. Планово-прогностическая функция в управлении воспитательным процессом в классе.
9. Регулирование и коррекция в развитии воспитательной системы класса.
10. Ученическое самоуправление в современной школе: назначение, сущность, содержание деятельности.
11. Органы ученического самоуправления в классе: педагогическое руководство их деятельностью и развитием.
12. Технология конструирования системы ученического самоуправления в классе.
13. Управление развитием ученического самоуправления в классе.
14. Ученическое самоуправление как средство социализации личности школьника.
15. Творческие формы воспитания и их развитие в современной школе.
16. Личностно-ориентированный подход в современной методике коллективной творческой деятельности.
17. Классный час как форма организации воспитательного процесса.
18. Методика и техника подготовки и проведения ситуационного классного часа.
19. Понятие «коллектив»: сущность, основные признаки, воспитательные возможности.
20. Педагогическое руководство коллективом школьников.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4. Проектирование и организация воспитательных практик в деятельности классного руководителя

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 4:

1. Планирование воспитательной работы в классном коллективе: виды, формы и содержание планов.
2. Классный час – актуальная форма общения классного руководителя и обучающихся.
3. Проектирование классного часа.
4. Технология коллективной творческой деятельности.
5. Технология воспитательного события.
6. Организация воспитательных практик с использованием цифровой коммуникации.
7. Формирование социально-гражданских компетенций.
8. Социальная практика формирования морально-этической компетенции.

9. Социальная практика формирования профессионально-трудовой компетенции.

Перечень тем рефератов к Разделу 4:

1. Воспитание как социально-педагогическое явление
2. Содержание воспитания в современной школе
3.Процесс воспитания в современной школе: позитивное и негативное, проблемы
4. Новаторские идеи и опыт в современной теории и практике воспитания
5. Понятие, сущность и признаки воспитательной системы класса
6. Психолого-педагогический анализ воспитательной системы класса
7. Анализ воспитательного процесса классного коллектива
8. Понятие диагностического анализа в воспитании личности школьника
9. Теоретические основы, методика и техника планирования воспитывающей деятельности
10.Теоретические основы, методика и техника планирования воспитывающей деятельности
11. Содержание и планирование деятельности классного руководителя
12. Диагностическая деятельность в управлении воспитательным процессом в классе
13. Педагогическая диагностика, ее этапы и методы
14. Теоретические и методические основы изучения классным руководителем учащихся, классного коллектива и воспитательного процесса
15. Диагностика воспитанности учащихся
16. Планирование классного руководителя как особый вид управленческой деятельности
17. Технология создания плана воспитательной работы классного руководителя
18. Содержание воспитательной работы классного руководителя
19. Направления воспитательной работы классного руководителя
20. Планирование воспитательных практик классным руководителем

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОСНОВЫ ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ОСНОВЫ ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в

учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение

установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: История возникновения и развития вожатства.

Цели занятия: ознакомиться с историей возникновения и развития вожатства.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Введение в профессию вожатого. Понятие и сущность детского отдыха. История возникновения и развития вожатства. Детский лагерь как система. Понятие "ребенок", "отдых детей и их оздоровление". Основные вехи развития вожатского движения в мире и в нашей стране. Роль детских общественных организаций в удовлетворении потребностей и интересов детей. Ключевые элементы образа вожатого как современного профессионала.

Тема 1.2. лекционного занятия: Вожатый как субъект педагогической деятельности.

Цели занятия: определить сущностные характеристики вожатого как субъекта педагогической деятельности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Нормативно-правовое обеспечение детского отдыха, туризма и оздоровления. Вожатый как субъект педагогической деятельности. Напарничество в детском лагере. Взаимодействие вожатого с работодателем. Особенности взаимодействия вожатого с работодателем (трудовой договор, дисциплина и т.п.). Структура и педагогический коллектив детского лагеря. Ответственность вожатого. Виды ответственности, которые несет вожатый ДОЛ.

Тема 1.3. лекционного занятия: Правила внутреннего трудового распорядка ДОЛ.

Цели занятия: ознакомиться с правилами внутреннего трудового распорядка ДОЛ.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Должностная инструкция вожатого: общие положения, функции, должностные обязанности, права, ответственность вожатого, взаимоотношения и связи вожатого по должности. Рекомендации и запреты для вожатого. Регламент гражданской, профессиональной, личной свободы и ограниченийдеятельности вожатого. Морально-этические заповеди вожатого. Кодекс вожатого: свод правил поведения, общения, взаимодействия, деловых и межличностных отношений с руководителями лагеря, коллегами, подопечными, родителями и прочими лицами, имеющими отношение к деятельности лагеря.

Тема 2.1. лекционного занятия: Психолого-педагогическая деятельность вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).

Цели занятия: ознакомиться с психолого-педагогической деятельностью вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Педагогическое мастерство вожатого. Психологические особенности современных школьников в разные возрастные периоды. Целеполагание в работе вожатого. Саморегуляция эмоционального поведения. Техника поведения вожатого, словесные и бессловесные действия вожатого. Личностная адаптация обучающихся к вожатской деятельности. Рефлексия как основа социально-педагогической компетентности вожатого. Профилактика эмоционального выгорания. Взаимодействие вожатого с социально-психологическими службами образовательной организации и детского оздоровительного лагеря. Характеристика обязанностей вожатого: основные функции (воспитательные, организационные, хозяйственные, спортивно-оздоровительные); права и обязанности вожатого; условия и организация труда вожатого (рабочее место вожатого, санитарно-гигиенические условия, режим труда и отдыха).

Тема 2.2. лекционного занятия: Медико-санитарное обеспечение отдыха и оздоровления детей в ДОЛ.

Цели занятия: рассмотреть медико-санитарное обеспечение отдыха и оздоровления детей в ДОЛ.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие «Санитарно- гигиенические нормы и правила». Санитарно-гигиенические требования к зданиям и сооружениям загородного оздоровительного учреждения. Режим дня в загородных оздоровительных учреждениях. Организация питания в загородных оздоровительных учреждениях. Требования к вожатому по обеспечению контроля за соблюдением детьми правил личной гигиены. Физическое воспитание и оздоровительные мероприятия в загородных оздоровительных учреждениях. Требования к одежде детей при различных погодных условиях. Тактика вожатого при возникновении у детей различных ситуации, вызывающих сложности со здоровьем детей. Оказание первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях: при травмах, кровотечениях, нарушение целостности кожных покровов (ранах и ожогах). Проведение реанимационных мероприятий при утоплении и электротравме. Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударе, при укусах змей, животных и насекомых, при отравлениях и интоксикациях. Первая медицинская помощь при судорожном приступе эпилепсии. Состав аптечки первой медицинской и неотложной помощи. Десять часто встречаемых заболеваний у детей в летнем лагере. Педикулез. Чесотка. Общие медицинские противопоказания к направлению детей в оздоровительные учреждения. Санитарно-гигиенические требования к личной гигиене вожатого.

Тема 2.3. лекционного занятия: Нормативно-правовые акты в сфере организации отдыха и оздоровления детей. Правовые основы деятельности вожатого.

Цели занятия: рассмотреть нормативно-правовые акты в сфере организации отдыха и оздоровления детей. Правовые основы деятельности вожатого.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Знакомство с нормативно-правовыми документами регламентирующих деятельность детских оздоровительных и профильных лагерей и профессиональную деятельность вожатого. Санитарно-эпидемиологическое заключение на образовательное учреждение, на базе которого организовано оздоровительное учреждение. Приказ образовательного учреждения «Об организации отдыха и оздоровления детей и подростков». Утвержденное штатное расписание и списочный состав сотрудников, заверенные руководителем образовательного учреждения. Примерный перечень необходимых документов. Личные медицинские книжки сотрудников согласно списочному составу. Типовое положение о детском оздоровительном лагере: общие положения, организация деятельности лагеря, основы деятельности лагеря, имущество и средства учреждения. Должностная инструкция вожатого-воспитателя ДОЛ: общие положения, должностные обязанности, права и ответственность. Нормативно-правовые акты в сфере летнего отдыха детей и подростков. Детский оздоровительный лагерь в современных условиях. Законодательные основы деятельности детского оздоровительного лагеря (ДОЛ). Правовые и организационные основы деятельности вожатого в ДОЛ. Основы безопасности жизнедеятельности и медико-санитарное обеспечение отдыха детей в ДОЛ. Общие меры безопасности жизнедеятельности: правила проведения купания детей, правила перевозки детей, правила проведения экскурсий и турпоходов, правила выхода отряда за территорию лагеря.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: 1.1. История возникновения и развития вожатства.

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы к обсуждению:

1. Дайте определения понятиям: "ребенок", "отдых детей и их оздоровление".
2. Перечислите основные вехи развития вожатского движения в мире и в нашей стране.
3. Какова роль детских общественных организаций в удовлетворении потребностей и интересов детей?
4. Из каких ключевых элементов складывается образ вожатого как современного профессионала

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 1.2. Вожатый как субъект педагогической деятельности.

Формы практических заданий: дискуссия

Вопросы к обсуждению:

1. Перечислите уровни нормативно-правового обеспечения деятельности вожатого ДОЛ.
2. Как расшифровывается аббревиатура СанПиН?
3. Какие важные аспекты жизнедеятельности детских оздоровительных лагерей регулирует СанПиН 2.4.4. 3155-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей"?

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 1.3. Правила внутреннего трудового распорядка ДОЛ.

Формы практических заданий: дискуссия

Вопросы к обсуждению:

1. Каковы особенности взаимодействия вожатого с работодателем (трудовой договор, дисциплина и т.п.)?
2. Каковы структура и педагогический коллектив детского лагеря?
3. Укажите, за что вожатый несет ответственность?
4. Перечислите и охарактеризуйте виды ответственности, которые несет вожатый ДОЛ.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 2.1. Психолого-педагогическая деятельность вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы к обсуждению:

1. Раскройте сущность личностно-деятельностного подхода в организации детского отдыха.

2. Приведите схему структуры деятельности.

3. Дайте определение понятию "ведущая деятельность".

4. Перечислите виды ведущей деятельности, характерные для детей–воспитанников ДОЛ.

5. Психологические характеристики детей, подростков и молодежи. Возрастная периодизация.

6. Назовите периоды смены в детском лагере.

7. Расскажите об основных элементах распорядка для в детском лагере.

8. Дайте определение понятию "временный детский коллектив" (ВДК).

9. Перечислите общие признаки и специфические особенности ВДК.

10. Укажите психолого-педагогические условия развития ВДК.

11. Перечислите и охарактеризуйте стадии развития ВДК (по А.Н. Лутошкину).

12. Перечислите и охарактеризуйте стили руководства ВДК (по А.Н. Лутошкину).

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 2.2. Медико-санитарное обеспечение отдыха и оздоровления детей в ДОЛ.

Формы практических заданий: контрольная работа.

Темы контрольных работ:

1. Санитарно-гигиенические требования к зданиям и сооружениям загородногооздоровительного учреждения.
2. Режим дня в загородных оздоровительных учреждениях.
3. Организация питания в загородных оздоровительных учреждениях.
4. Требования к вожатому по обеспечению контроля за соблюдением детьми правил личнойгигиены.
5. Физическое воспитание и оздоровительные мероприятия в загородных оздоровительныхучреждениях.
6. Требования к одежде детей при различных погодных условиях.
7. Тактика вожатого при возникновении у детей различных ситуации, вызывающих сложности со здоровьем детей

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации и т. д.).

Тема занятия: 2.3. Нормативно-правовые акты в сфере организации отдыха и оздоровления детей. Правовые основы деятельности вожатого.

Форма практического задания: доклад с презентацией (тема на выбор).

Тематика презентацией:

1. Правовые акты, обеспечивающие физическое, интеллектуальное, правовое, социальное развитие ребенка.

2. Правовое обеспечение необходимых условий жизнедеятельности и развития ребенка в ДОЛ. Конвенция о правах ребенка.

3. Сфера деятельности вожатого.

4. Квалификационные требования к вожатым.

5. Функциональные обязанности вожатого.

6. Система должностного подчинения.

7. Правовые гарантии социальной защиты.

8. Педагогическая документация вожатого.

9. Санитарно-гигиенические требования к организации спортивных, туристических, культурно-массовых мероприятий и игр.

10. Требования к вожатому по обеспечению контроля за соблюдением детьми правил личной гигиены.

11. Педагогическая документация: списки отрядов, первичная характеристика, планы вожатого, педагога (на смену и на день), педагогический дневник, анализ смены, отчет о работе, методические разработки.

12. Организация режима дня в детских оздоровительных и профильных лагерях.

13. Союзники и помощники вожатого: взаимодействие с тренерами, инструкторами по физкультуре, плаванию, руководителями кружков.

14. Технология педагогического проектирования. Наполнение проекта содержанием (разработка исполняющей части, календарно-тематическое планирование).

15. Виды, формы и порядок создания творческих объединений. Методика работы инструктора, вожатого, руководителя кружка, сочетающая массовые, групповые и индивидуальные методы работы. Правила техники безопасности**.**

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации и т. д.).

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы психолого-педагогической деятельности вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.1. История возникновения и развития вожатства. Тема 1.2. Вожатый как субъект педагогической деятельности. Тема 1.3. Правила внутреннего трудового распорядка ДОЛ.	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
РАЗДЕЛ 2. Психолого-педагогические основы деятельности вожатого Тема 2.1. Психолого-педагогическая деятельность вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Медико-санитарное обеспечение отдыха и оздоровления детей в ДОЛ. Тема 2.3. Нормативно-правовые акты в сфере организации отдыха и оздоровления детей. Правовые основы деятельности вожатого.	Подготовка реферата

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Теоретические основы психолого- педагогической деятельности вожатого детского оздоровительного лагеря (ДОЛ).

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Детский отдых: понятие, специфика, формы организации.
2. Детские общественные организации: понятие, история, тенденции развития. Роль ДОО в развитии интересов и потребностей детей.
3. Нормативно-правовое регулирование детского отдыха. Характеристика основных нормативно-правовых актов.
4. Основные этапы развития вожатского движения.
5. Права и обязанности вожатого. Ответственность вожатого. Основные виды деятельности вожатого в лагере.
6. Корпоративная этика в работе вожатого. Образ вожатого. Кодекс, гимн и атрибутика вожатого (галстук, форма), требования к личности вожатого.
7. Особенности работы в напарников в условиях детского лагеря. Типы взаимодействия напарников. Возможные трудности при работе напарников.
8. Детский лагерь: понятие, виды, особенности.
9. Структура лагеря. Правила пребывания в лагере. Традиции и законы лагеря. Педагогический коллектив детского лагеря.
1. Развивающее пространство детского лагеря. Детский лагерь как воспитательная система. Система дополнительного образования в лагере. Принципы и механизм реализации дополнительного образования в лагере.
2. Воспитательная работа в детском лагере. Мероприятия, игры, дела.

3. Игра: понятие, виды, особенности. Классификация игр, проводимых в детском лагере. Игра как инструмент психолого-педагогической диагностики. Техника безопасности при проведении игр.

4. Педагогика, образование, воспитание, обучение, развитие: понятия и специфика. Основные виды воспитания, направления воспитательной работы в детском лагере.

5. Подходы к организации воспитательного процесса в детском лагере. Принципы, формы и методы воспитания. Соблюдение принципов педагогической этики при взаимодействии с детьми.

6. Готовность ребенка к лагерю (психологическая, социально-бытовая и др.): этапы, трудности, пути формирования.

7. Возрастная периодизация, основные понятия (возраст, ведущая деятельность, социальная ситуация развития и т.д.).

8. Особенности психосоциального развития детей младшего школьного возраста. Особенности работы вожатого с детьми данного возраста.

9. Особенности психосоциального развития детей подросткового возраста. Особенности работы вожатого с детьми данного возраста.

10. Особенности психосоциального развития детей старшего школьного возраста. Особенности работы вожатого с детьми данного возраста.

11. Понятие лагерной смены. Виды лагерных смен. Этапы развития смены.

12. Единые педагогические требования. Режим дня как основа жизнедеятельности детей во время пребывания в лагере.

13. Временный детский коллектив (ВДК): структура, особенности формирования и развития в детском лагере. Этапы развития ВДК по А.Н. Лутошкину.

14. Кризисные зоны в развитии ВДК. Система отрядов (или их аналогов) в детском лагере. Стили руководства детским коллективом.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Различные подходы к определению понятия «детский оздоровительный лагерь» в нормативно-правовых актах.

2. Типы и виды учреждений летнего отдыха детей

3. Приоритетные формы летнего организованного отдыха детей в Краснодарском крае и их характеристики.

4. Основные принципы организации работы с детьми по месту жительства

5. Функциональные обязанности воспитателя, вожатого, педагога-организатора.

6. Профессиональные и личностные качества воспитателя, вожатого, педагога организатора.

7. Основные задачи и направления деятельности воспитателя, вожатого, педагога организатора.

8. Виды и требования к педагогической документации воспитателя, вожатого, педагога-организатора.

9. Признаки временного детского коллектива.

10. Этапы формирования и развития временного детского коллектива в детском лагере.

11. Характеристика социально-психологических процессы, протекающим в первично-организованной группе.

12. Воспитательная система детского оздоровительного лагеря.

13. Режим дня лагеря. Особенности организации режимных моментов

14. Формы воспитательной работы с детьми в детском оздоровительном лагере

15. Планирование воспитательной работы с детьми в детском лагере.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2. Психолого-педагогические основы деятельности вожатого.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Различные подходы к определению понятия «детский оздоровительный лагерь» в нормативно-правовых актах.
2. Типы и виды учреждений летнего отдыха детей
3. Приоритетные формы летнего организованного отдыха детей в Краснодарском крае и их характеристики.
4. Основные принципы организации работы с детьми по месту жительства
5. Функциональные обязанности воспитателя, вожатого, педагога-организатора.
6. Профессиональные и личностные качества воспитателя, вожатого, педагога организатора.
7. Основные задачи и направления деятельности воспитателя, вожатого, педагога организатора.
8. Виды и требования к педагогической документации воспитателя, вожатого, педагога-организатора.
9. Признаки временного детского коллектива.
10. Этапы формирования и развития временного детского коллектива в детском лагере.
11. Характеристика социально-психологических процессы, протекающим в первично-организованной группе.
12. Воспитательная система детского оздоровительного лагеря.
13. Режим дня лагеря. Особенности организации режимных моментов
14. Формы воспитательной работы с детьми в детском оздоровительном лагере
15. Планирование воспитательной работы с детьми в детском лагере.
16. Санитарно-гигиенические требования к зданиям и сооружениям загородного оздоровительного учреждения.
17. Режим дня в загородных оздоровительных учреждениях.
18. Организация питания в загородных оздоровительных учреждениях.
19. Требования к вожатому по обеспечению контроля за соблюдением детьми правил личной гигиены.
20. Физическое воспитание и оздоровительные мероприятия в загородных оздоровительных учреждениях.
21. Требования к одежде детей при различных погодных условиях.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Тактика вожатого при возникновении у детей различных ситуации, вызывающих сложности со здоровьем детей
2. Обзор действующего законодательства в сфере организации отдыха и оздоровления детей. Примерный перечень необходимых документов.
3. Конвенция ООН о правах ребёнка и другие правовые акты, обеспечивающие физическое, интеллектуальное, нравственное и социальное развитие ребёнка.
4. Правовое обеспечение жизнедеятельности и развития ребёнка в ДОЛ.
5. Основные нормативные правовые акты, усвоенные для получения и использования в работе организаций отдыха детей и их оздоровления (независимо от организационно-правовых форм и форм собственности) при организации отдыха детей и их оздоровления.
6. Педагогическая документация: списки отрядов, первичная характеристика, планы вожатого, педагога (на смену и на день), педагогический дневник, анализ смены, отчет о работе, методические разработки.

7. Различные подходы к определению понятия «детский оздоровительный лагерь» в нормативно-правовых актах.
8. Типы и виды учреждений летнего отдыха детей
9. Приоритетные формы летнего организованного отдыха детей в Краснодарском крае и их характеристики.
10. Основные принципы организации работы с детьми по месту жительства
11. Функциональные обязанности воспитателя, вожатого, педагога-организатора.
12. Виды и требования к педагогической документации воспитателя, вожатого, педагога-организатора.
13. Признаки временного детского коллектива.
14. Этапы формирования и развития временного детского коллектива в детском лагере.
15. Характеристика социально-психологических процессы, протекающим в первично-организованной группе.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПОЛИЭТНИЧЕСКОЙ И ПОЛИКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

Направление подготовки
49.03.01 «Физическая культура»

Направленность
«Физкультурное образование»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПОЛИЭТНИЧЕСКОЙ И ПОЛИКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на

работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты.

При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные

результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения); В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или

иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: Культура как основа формирования национальной идентичности.

Цели занятия: рассмотреть особенности культуры как основа формирования национальной идентичности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие культуры и факторы, влияющие на ее становление. Характеристики культуры. Культура, язык, общение. Влияние культуры на различные аспекты жизни. Становление социальной и этнической идентичности. Проблемы национального характера. Национальная культура, национальное мышление, национальный характер.

Тема 1.2. лекционного занятия: Поликультурная структура общества.

Цели занятия: раскрыть особенности поликультурной структуры общества.

Методы и средства обучения, основные методические приемы лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Раса как носитель различий. Этнос, нация, народ. Социальная принадлежность как основа культурных различий. Религиозная принадлежность как основа межкультурных различий. Межпоколенные культурные различия. Этнокультурные миграции и их психологические последствия. Подготовка к межкультурному взаимодействию и оказание помощи мигрантам. Современные реалии поликультурности и полиэтничности: взаимовлияние и взаимопроникновение культур, международное сотрудничество и партнерство, миграция населения (работа, учеба, смешанные браки, условия жизни), обучение, работа в многонациональных коллективах, жизнь в поликультурных, полинациональных обществах, полилингвальных населенных пунктах

Тема 2.1. лекционного занятия: Факторы интеграции национальных культур в систему общего образования.

Цели занятия: рассмотреть факторы интеграции национальных культур в систему общего образования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Образовательный процесс в условиях поликультурного, полиэтнического общества. Аксиологические основы поликультурного и полиэтнического образования. Признаки толерантной среды в школе. Формирование толерантных отношений. Поликультурное и полиэтническое воспитание. Интернациональное и гражданское воспитание. Стратегии педагогической деятельности в современной поликультурной и полиэтнической среде.

Тема 2.2. лекционного занятия: Поликультурное и полиэтническое образование.

Цели занятия: рассмотреть особенности поликультурного и полиэтнического образования**.**

Методы и средства обучения, основные методические приемы лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Поликультурное и полиэтническое образование: сущность понятий. История развития и современная модель поликультурного и полиэтнического образования. Принципы поликультурного и полиэтнического образования: принцип диалектической включенности национальной культуры в систему российской и мировой культуры, принцип историко-культурной и цивилизованной направленности национального образования, принцип поликультурной идентификации и самоактуализации личности, принцип глобальности культурно-образовательного процесса, принцип толерантности и интерообразовательной перспективы.

Тема 3.1. лекционного занятия: Деятельность педагога по формированию национальной, этнической культуры, толерантности обучающихся.

Цели занятия: определить особенности деятельности педагога по формированию национальной, этнической культуры, толерантности обучающихся.

Методы и средства обучения, основные методические приемы лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Стратегии и тактики формирования национальной, этнической культуры обучающихся. Анализ концепций и программ обучения и воспитания школьников в контексте формирования национальной, этнической культуры обучающихся. Система педагогических средств формирования национальной, этнической культуры обучающихся. Диагностика сформированности национальной, этнической культуры обучающихся

Тема 3.2. лекционного занятия: Воспитание толерантности обучающихся.

Цели занятия: раскрыть особенности воспитания толерантности среди обучающихся.

Методы и средства обучения, основные методические приемы лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Толерантность как социально-педагогический феномен. История исследования проблемы воспитания толерантности у обучающихся. Теория и методика воспитания толерантности у обучающихся. Система педагогических средств воспитания толерантности у обучающихся. Работа школы по воспитанию толерантности обучающихся. Работа с семьей в воспитании толерантности обучающихся. Диагностика сформированности толерантности у обучающихся.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Тема 1.1. Культура как основа формирования национальной идентичности.

Формы практических заданий: практический практикум.

1. Напишите 7 ключевых слов и выражений, определяющих, на Ваш взгляд, наиболее полно понятие «национальная культура».
2. Какой и кто для Вас национальный герой? (Опишите: черты характера, поведение, действия, достижения, успехи). Приведите три примера.
3. Русский национальный характер. Заполните таблицу, указав 10 положительных и 10 отрицательных черт русского национального характера.

Положительные черты	Отрицательные черты

4. Составьте интеллект-карту "Идеал современного культурного человека"

5. Представьте наглядно в виде схемы, карты, стихотворения, сказки и т.п.) свою национальную культуру (язык, письменность, устное творчество и литература, наука и искусство, религия).

6. Представьте информацию по теме «Национальные ценности: определение, иерархия» в виде коллажа. Можно использовать Power Point, https://mycollages.ru/ , https://fotoram.io/collage/ru, https://www.fotor.com/ru/collage/ и др.

Вопросы к обсуждению:

1. Понятие культуры и факторы, влияющие на ее становление.
2. Характеристики культуры.
3. Культура, язык, общение.
4. Влияние культуры на различные аспекты жизни.
5. Становление социальной и этнической идентичности.
6. Проблемы национального характера.
7. Национальная культура, национальное мышление, национальный характер.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: Тема 1.2. Поликультурная структура общества.

Формы практических заданий: тестирование.

Вопросы к обсуждению:

1. Этнос, нация, народ.
2. Межпоколенные культурные различия.
3. Этнокультурные миграции и их психологические последствия.
4. Подготовка к межкультурному взаимодействию и оказание помощи мигрантам.
5. Современные реалии поликультурности и полиэтничности: взаимовлияние и взаимопроникновение культур, международное сотрудничество и партнерство, миграция населения (работа, учеба, смешанные браки, условия жизни), обучение, работа в многонациональных коллективах, жизнь в поликультурных, полинациональных обществах, полилингвальных населенных пунктах.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы)

Тема занятия: Тема 2.1. Факторы интеграции национальных культур в систему общего образования.

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы к обсуждению:

1. Поликультурное и полиэтническое образование: сущность понятий.

2. История развития и современная модель поликультурного и полиэтнического образования.

3. Принципы поликультурного и полиэтнического образования: принцип диалектической включенности национальной культуры в систему российской и мировой культуры, принцип историко-культурной и цивилизованной направленности национального образования, принцип поликультурной идентификации и самоактуализации личности, принцип глобальности культурно-образовательного процесса, принцип толерантности и интерообразовательной перспективы.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: Тема 2.2. Поликультурное и полиэтническое образование.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы к обсуждению:

1. Поликультурное и полиэтническое образование: сущность понятий.
2. История развития и современная модель поликультурного и полиэтнического образования.
3. Принципы поликультурного и полиэтнического образования: принцип диалектической включенности национальной культуры в систему российской и мировой культуры, принцип историко-культурной и цивилизованной направленности национального образования, принцип поликультурной идентификации и самоактуализации личности, принцип глобальности культурно-образовательного процесса, принцип толерантности и интерообразовательной перспективы.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа).

Тема занятия: Тема 3.1. Деятельность педагога по формированию национальной, этнической культуры, толерантности обучающихся.

Формы практических заданий: практический практикум.

1.Задание. Составьте развернутую классификацию средств воспитания в виде интеллект-карты Интеллект-карта (ментальная карта, mindmap, майнд-карта) — древовидная схема, которая изображает некие объекты (например, идеи, задачи, тезисы) и связи между ними. Этот инструмент помогает структурировать и визуализировать различную информацию, а также сам процесс мышления, генерации идей.

Схемы можно нарисовать на бумаге, но имеются специализированные сайты, которые предлагают возможности создания интеллект-карт онлайн.

Например,

https://www.mindmeister.com/ru

https://creately.com/ru/

https://www.visme.co/ru/sozdat-intellekt-karty/

Вопросы к обсуждению:

1. Стратегии и тактики формирования национальной, этнической культуры обучающихся.
2. Анализ концепций и программ обучения и воспитания школьников в контексте формирования национальной, этнической культуры обучающихся.
3. Система педагогических средств формирования национальной, этнической культуры обучающихся.
4. Диагностика сформированности национальной, этнической культуры обучающихся



Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации).

Тема занятия: Тема 3.2. Воспитание толерантности обучающихся.

Формы практических заданий: практический практикум.

1. Составить хот-лист материалов по теме «Воспитание толерантности, национальной и этнической культуры», отразив теоретические аспекты и практические (средства воспитания, формы, методы технологии): 5 учебников, учебных пособий с описанием; 5 статей; 5 программ школ

Хотлист (англ. hotlist – список по теме) – представляет собой список информационных ресурсов (книг, журналов, интернет-сайтов с текстовым материалом, графический, фото-, аудио - и видеоматериал) по теме.

Источник Описание

2. Разработайте чек-лист, выбрав одну из проблем

- Работа школы по развитию толерантности учащихся
- Работа педагога в становлении толерантности учащихся
- Работа с семьей в развитии культуры толерантности

Чек-лист — это список дел, в котором можно поставить отметку «сделано», когда задача решена.

В идеальный чек-лист важно включить то, что поможет сделать задачу:

- единицы, которые нужно измерить или проверить;
- критерии для самоконтроля, чтобы определить, что сделано верно, а где допущена ошибка;
- спецификации, нормы и стандарты для конкретной задачи;
- периодичность проверок;
- контакты ответственного за работу.

Можно оформить чек-лист в виде таблицы.

Вопросы к обсуждению:

1. Толерантность как социально-педагогический феномен.
2. История исследования проблемы воспитания толерантности у обучающихся.
3. Теория и методика воспитания толерантности у обучающихся.
4. Система педагогических средств воспитания толерантности у обучающихся.
5. Работа школы по воспитанию толерантности обучающихся.
6. Работа с семьей в воспитании толерантности обучающихся.
7. Диагностика сформированности толерантности у обучающихся.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы.)

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Раздел 1. Педагогические, психологические и социологические основания культуры и этнокультурная социализация Тема 1.1. Культура как основа формирования национальной идентичности Тема 1.2. Поликультурная структура общества	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
Раздел 2. Многоэтническое и многокультурное образовательное пространство Тема 2.1. Факторы интеграции национальных культур в систему общего образования Тема 2.2. Поликультурное и полиэтническое образование	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Написание статьи
Раздел 3. Формирование национальной, этнической культуры, толерантности обучающихся Тема 3.1. Деятельность педагога по формированию национальной, этнической культуры, толерантности обучающихся Тема 3.2. Воспитание толерантности обучающихся	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка проекта

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Педагогические, психологические и социологические основания культуры и этнокультурная социализация

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Понятие культуры и факторы, влияющие на ее становление.
2. Характеристики культуры. Культура, язык, общение.
3. Влияние культуры на различные аспекты жизни.
4. Становление социальной и этнической идентичности.
5. Проблемы национального характера.
6. Национальная культура, национальное мышление, национальный характер.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Формирование этнокультурной компетентности средствами ИКТ
2. Формирование этнокультурной компетентности во внеурочной деятельности
3. Формирование этнокультурной компетентности на уроках
4. Региональный компонент в обучении межнациональному общению
5. Роль литературы в формировании национальной идентичности
6. Роль кинематографа в формировании национальной идентичности
7. Фольклор
8. Народная песня
9. Формирование национальной идентичности в современной России
10. Современные реалии поликультурности и полиэтничности в образовании
11. Деятельность педагога по воспитанию культуры межнационального общения средствами народной педагогики
12. Влияние СМИ и культуры на развитие национальной идентичности
13. Подготовка к межкультурному взаимодействию и оказание помощи мигрантам
14. Образовательный процесс в условиях поликультурного, полиэтнического общества.
15. Аксиологические основы поликультурного и полиэтнического образования
16. Формирование толерантных отношений в школе
17. Стратегии педагогической деятельности в современной поликультурной и полиэтнической среде
18. Принципы поликультурного и полиэтнического образования
19. Формы и методы интернационального воспитания
20. Гражданское воспитание старшеклассников в школе
21. Современное понимание гражданского воспитания учащихся в России
22. Патриотическое воспитание обучающихся в общеобразовательной организации
23. Нравственно-патриотическое воспитание детей и молодежи во внеклассной работе образовательных учреждений
24. Система педагогических средств воспитания толерантности у обучающихся
25. Работа с семьей в воспитании толерантности обучающихся

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2. Многоэтническое и многокультурное образовательное пространство

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Образовательный процесс в условиях поликультурного, полиэтнического общества.
2. Аксиологические основы поликультурного и полиэтнического образования.
3. Признаки толерантной среды в школе.
4. Формирование толерантных отношений.
5. Поликультурное и полиэтническое воспитание.
6. Интернациональное и гражданское воспитание.
7. Стратегии педагогической деятельности в современной поликультурной и полиэтнической среде

Перечень тем статей к Разделу 2:

1. Специфика обучения и воспитания учащихся в условиях полиэтнической образовательной среды.
2. Поликультурное воспитание в образовательной среде современной школы.
3. Поликультурное пространство как основа построения содержания образования в начальной школе.
4. Поликультурная образовательная среда как элемент формирования толерантности студента.
5. Сущность поликультурной компетентности педагога.
6. Трансформация образовательной среды в условиях поликультурного социума.
7. Этнопедагогические подходы в образовательном пространстве.
8. Формирование этнокультурной самоидентификации обучающихся в воспитательном пространстве образовательных учреждений.
9. Этнокультурный компонент как важнейшее средство воспитания гражданственности и патриотизма младших школьников.
10. Этнопедагогические подходы в образовательном пространстве.
11. Воспитание толерантности в многонациональном классе.
12. Организация воспитательной работы в поликультурной и полиэтнической среды школы.
13. Технологии воспитания в поликультурной полиэтнической среде образовательной организации.
14. Воспитание толерантности в поликультурной полиэтнической среде образовательной организации.
15. Формирование навыков грамотного поликультурного поведения в средней школе
16. Специфика учебно-воспитательного процесса в вузе в условиях многонационального коллектива.
17. Формирование культуры межнационального общения в многонациональном коллективе.
18. Этнопедагогические формы и методы воспитания личности на основе народных идеалов и духовно-нравственных ценностей.
19. Средства народного воспитания.
20. Традиционные праздники и социализация ребенка.
21. Фольклор как художественная педагогика.
22. Своеобразие народной культуры и воспитания.
23. Семейные обычаи и обряды в воспитании поликультурности и полиэтничности.
24. Деятельность педагога по формированию национальной, этнической культуры,
25. Роль педагога в формировании толерантности обучающихся.

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Толерантность как социально-педагогический феномен.
2. История исследования проблемы воспитания толерантности у обучающихся.
3. Теория и методика воспитания толерантности у обучающихся.
4. Система педагогических средств воспитания толерантности у обучающихся.
5. Работа школы по воспитанию толерантности обучающихся.
6. Работа с семьей в воспитании толерантности обучающихся.
7. Диагностика сформированности толерантности у обучающихся.

Названия тем для эссе к Разделу 3

Напишите эссе - комментарии предлагаемых афоризмов, цитат на тему воспитания, педагогической деятельности в поликультурной и полиэтнической среде

1. «Главным условием любой победы народа, в том числе и победы в битве за будущее, является твердая убежденность в своей исторической правоте. Значение целостного и непоколебимого патриотического мировоззрения в этой битве невозможно переоценить» (В. В. Путин)
2. «Любовь к родному краю, родной культуре, родной речи начинается с малого — любви к своей семье, к своему жилищу, к своему детскому саду. Постепенно расширяясь, эта любовь переходит в любовь к родной стране, к ее истории, прошлому и настоящему, ко всему человечеству» (Д. С. Лихачев)
3. «К патриотизму нельзя только призывать, его нужно заботливо воспитывать» (Д.С. Лихачев)
4. «Историческое значение каждого русского человека измеряется его заслугами Родине, его человеческое достоинство – силой его патриотизма» (Н.Г. Чернышевский)
5. «Племя, не способное воспитать в потомстве стремление сохранить и защитить сложившуюся культуру, традиции, обречено на вымирание. Государство, не ставящее целью воспитать своих граждан в духе патриотизма, не имеет будущего» (Дж. Байрон)
6. «Патриотизм — это не значит только одна любовь к своей Родине. Это гораздо больше. Это — сознание своей неотъемлемости от Родины и неотъемлемое переживание вместе с ней ее счастливых и ее несчастных дней» (А. Н. Толстой)
7. «Светлые дни детских впечатлений, полученных от общения с родной природой, провожают человека далеко в жизнь и укрепляют в нем желание отдать свои силы служению Родине» (А. И. Герцен)
8. «Патриотизм — высокое и сложное человеческое чувство, оно так многогранно по своему содержанию, что не определимо несколькими словами. Это и любовь к родным и близким людям, и к малой Родине, и гордость за свой народ» (О. А. Соломенникова)
9. «Нельзя быть патриотом, не чувствуя личной связи с Родиной, не зная, как любили и берегли ее наши предки, наши отцы и деды» (И. А. Ильин)
10. «Окружающие предметы, впервые пробуждающие душу ребенка, воспитывающие в нем чувство красоты, должны быть национальными. Это поможет детям с самого раннего возраста понять, что они — часть великого русского народа» (О.Л. Князева)
11. «В вашей семье и под вашим руководством растет будущий гражданин, будущий деятель и будущий борец... Все, что совершается в стране, через вашу душу и вашу мысль должно приходить к детям» (А. С. Макаренко)
12. «Лучшее средство привить детям любовь к Отечеству состоит в том, чтобы эта любовь была у отцов» (Ш. Монтескье)
13. «Где нет общности интересов, там не может быть ни единства целей, ни единства действий для блага всей общности людей» (Фридрих Энгельс)

14. «С каким народом ешь вкусные щи, там и счастье ищи!» (А.Б. Аникеев)
15. «Если дружба народа велика, будет Родина крепка» (А.Б. Аникеев)
16. «Подлинная школа воспитания сердечности, душевности и отзывчивости - это семья; отношение к матери, отцу, дедушке, бабушке, братьям, сестрам является испытанием человечности» (В. А. Сухомлинский)
17. «Где прошло детство, там и начинается Родина» (Кузьма Черный)
18. «Сила патриотизма всегда пропорциональна количеству вложенного личного труда: бродягам и тунеядцам всегда бывало чуждо чувство Родины!» (Л. М. Леонов)
19. «Любовь к Отчизне и любовь к людям — это два быстрых потока, которые, сливаясь, образуют могучую реку патриотизма» (В. А. Сухомлинский)
20. « Россия без каждого из нас обойтись может, но никто из нас без нее не может обойтись» (И. С. Тургенев)
21. «Человек без Родины — это песчинка, отданная на произвол случайностям времени и пространства» (Ж. Лакордер)
22. «Лучше черствый хлеб у себя дома, чем множество блюд за чужим столом» (П. Аретино)
23. «Мир, счастье, братство людей — вот что нужно нам на этом свете!» (Марк Твен)
24. «Невозможно, чтобы люди жили вместе и не ощущали то целое, что они образуют своим объединением, не были привязаны к этому целому, не заботились о его интересах и не учитывали их в своем поведении для своего благополучия» (Д. Э. Дюркгейм)
25. «Благодаря согласию растут малые государства, из-за раздора гибнут великие державы» (Генрик Сенкевич)

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
МОДЕЛИ НАСТАВНИЧЕСТВА В ОБРАЗОВАНИИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно

добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими

способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после

названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;

2. Изучить правила и условия выполнения задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: Наставничество — как мощный ресурс развития обучающихся, педагогов, организации, ее социокультурной среды.

Цели занятия: рассмотреть наставничество — как мощный ресурс развития обучающихся, педагогов, организации, ее социокультурной среды.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Сущность и содержание наставничества. Структура и содержание целевой программы наставничества. Проектирование методического обеспечения целевой программы наставничества. Модель профессионального стандарта педагогической деятельности как система нормативно закрепленных компетенций педагога, которые определяют траекторию профессионального развития педагога.

Тема 1.2. лекционного занятия: Нормативно-правовая база внедрения наставничества.

Цели занятия: ознакомиться с нормативно-правовой базой внедрения наставничества.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Нормативно-правовая база, регламентирующая требования к разработке целевой программы наставничества. Ресурсное обеспечение реализации образования. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на период 2018-2025 гг. (утв. Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642). Стратегические цели государственной политики в сфере образования. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп.). Приоритетные национальные проекты. Национальный проект «Образование».

Тема 2.1. лекционного занятия: *Универсальные инструменты и техники наставничества.*

Цели занятия: рассмотреть *универсальные инструменты и техники наставничества.*

Методы и средства обучения, основные методические приемы: вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Инструменты и техники наставничества: метод фокальных объектов, техника «десять пальцев», модель «tell-show-do», модель GROW и др.IT-инструменты поддержки наставничества. Универсальные инструменты и техники наставничества. Техники наставничества. Психолого-педагогическая основа наставничества. Психолого-педагогическая компетентность и психологическое совершенствование как составляющие и условия профессиональной компетентности, профессионального и личностного роста специалиста. Типы наставнической деятельности. Профессионально значимые качества личности: флексибильность, феликсологичность, фасилитативность. Основные (общеупотребительных) методы наставнической деятельности

Тема 2.2. лекционного занятия: *Наставничество в системе «педагог – обучающийся» (наставничество в образовании)*.

Цели занятия: рассмотреть *наставничество в системе «педагог – обучающийся» (наставничество в образовании).*

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Технология наставничества в системе «педагог – обучающийся» (наставничество в образовании). Педагог как куратор и тьютор детских проектных команд. Основные формы психики: психические процессы (познавательные и эмоциональные процессы), психические состояния (чувства, настроения), свойства личности. Многоуровневость процесса коммуникации субъектов. Специфический характер психологических феноменов. Психолого-педагогическая компетентность и психологическое совершенствование как составляющие и условия профессиональной компетентности, профессионального и личностного роста специалиста.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: 1.1. Наставничество — как мощный ресурс развития обучающихся, педагогов, организации, ее социокультурной среды.

Форма практического задания: кейс-задания

Темы контрольных работ:

1. Посмотреть видео на тему «Практики работы с проектами:дизайн-мышление» https://www.youtube.com/watch?v=T5uwDs-ERA0

2. Представить себе проект своей мечты. Вы – участник проекта, с которым работает наставник. Заполнить бланк техники «10 пальцев».

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 1**.2. Нормативно-правовая база внедрения наставничества.**

Форма практического задания: кейс-задания

Темы контрольных работ:

1.Посмотреть видео на тему «Наставник проекта» https://www.youtube.com/watch?v=2cZhzEzUKzY

Вопросы к видео: В чем разница между куратором и тьютором? Описать функционал куратора и тьютора.

Составить психологический портрет на выбор: а) идеального наставника отдельного обучающегося (например, в профессиональном самоопределении), б) идеального наставник. проектной команды школьников.

2. Подготовить сообщения о практиках наставничества победителейвсероссийского конкурса «Лучшие практики наставничества» в 2018 году в номинации *«Наставничество в образовании и кружковом движении»*:

1-е место

Центр развития робототехники, Приморский край. Проект: сквозноенаставничество в дополнительном техническом образовании на примере Центра развития робототехники.

2-е место

Всероссийская программа благотворительного фонда «Система» по работе с талантливыми детьми и молодежью «Лифт в будущее», Москва. Проект: наставничество

в рамках инженерно-конструкторских школ «Лифт в будущее».

3-е место

Государственное областное автономное учреждение дополнительного образования «Морской центр капитана Варухина Николая Геннадьевича», Новгородская область. Проект: «Дети капитана Варухина Николая Геннадьевича».

Зёлко А.С. Mentoring case: компендиум для начинающих наставников: учебно-методическое пособие. Калининград: Изд-во БФУ им. И. Канта, 2018. С. 73-78. https://clck.ru/J7v2z

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

Тема занятия: 2.1. Универсальные инструменты и техники наставничества.

Форма практического задания: кейс-задания

Темы контрольных работ:

1.Написать аннотацию к статье И. А. Эсауловой «Новые модели наставничества в практике обучения и развития персонала зарубежных компаний».

1. 2. Письменно ответить на вопросы: Какая из представленных моделей может использоваться в образовательной практике? Обоснуйте ответ.

Источник: Эсаулова И.А. Новые модели наставничества в практике обучения и развития персонала зарубежных компаний // Стратегии бизнеса: анализ, прогноз,

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 2.2. *Наставничество в системе «педагог – обучающийся» (наставничество в образовании).*

Форма практического задания: кейс-задания

Темы контрольных работ:

1. Посмотреть видео на тему «Наставник проекта» https://www.youtube.com/watch?v=2cZhzEzUKzY Вопросы к видео: В чем разница между куратором и тьютором? Описать функционал куратора и тьютора.

2. Дать сравнительную характеристику формализованных отчетов наставника о результатах работы лица, в отношении которого 35существляялось наставничество, и лица, в отношении которого осуществлялось наставничество, о процессе прохождения наставничества и работе наставника.

3. Заполнить эти отчеты, представляя себя сначала в роли наставника, затем обучающегося.

4. Письменно ответить на вопросы: Столкнулись ли вы с трудностями при их заполнении? Какими именно? С чем они связаны? Как их преодолеть?

Источник: Зёлко А.С. Mentoring case: компендиум для начинающих наставников: учебно-методическое пособие. Калининград: Изд-во БФУ им. И. Канта, 2018. С. 73-78. https://clck.ru/J7v2z

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.).

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Основы и общая характеристика наставничества Тема 1.1. Наставничество — как мощный ресурс развития обучающихся, педагогов, организации, ее социокультурной среды. Тема 1.2. Нормативно-правовая база внедрения наставничества.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Выполнение кейс - задания
Раздел 2. Технологии наставничества в профессиональной сфере Тема 2.1. Универсальные инструменты и техники наставничества Тема 2.2. Наставничество в образовательной организации.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Выполнение кейс - задания

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Основы и общая характеристика наставничества.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Наставничество: понятие и функции.
2. Наставничество как социокультурный феномен.
3. Компетенции наставника.
4. Институты развития наставничества: АСИ, Академия наставников,Союз «Молодые профессионалы».
5. Значение наставничества для социально-экономического и социокультурного развития.
6. Типология наставничества: по содержанию деятельности, по временным характеристикам.
7. Формы наставничества: прямое – опосредованное, индивидуальное – групповое, открытое – скрытое.
8. Модели наставничества: менторинг, супервизия, баддинг, шэдоуинг, дуальное обучение.

Названия кейс-заданий к Разделу 1:

1. Работа с материалами онлайн-курса «Как стать наставником проекта» https://www.lektorium.tv/tutor
2. Составить майнд-карты по следующим модулям данного онлайн-курса: Модуль 1. Работа с командой проекта.
3. Модуль 2. Инструменты и методики проектной работы. Организация процесса.
4. Модуль 3. Педагогический фокус в работе наставника.
2. Разработать психологический портрет наставника.
3. Подобрать пакет диагностических методик, позволяющих выявить склонность к наставничеству.
4. Составить опросник в Google форме для исследования отношения одногруппников к наставничеству.
5. Заполнить таблицу о разнообразии видов наставничества:

Виды наставничества	Характерные признаки	Решаемые задачи	Преимущества

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2 Технологии наставничества в профессиональной сфере.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Практики наставничества в России.
2. Наставничество в кружковом движении.
3. Зарубежные практики наставничества.
4. Наставничество в профессиональном развитии молодых педагогов в зарубежной школе: менторство, курс адаптации, внешкольная вводная программа, индивидуальная работа с учителем.
5. Модели наставничества в сфере образования.
6. Наставничество в проектной деятельности обучающихся.
7. Кураторство. Тьюторинг. Менторинг.
8. Значение наставничества в современной образовательной практике.
9. Инструменты и техники наставничества: метод фокальных объектов,техника «десять пальцев», модель «tell-show-do», модель GROW и др.
10. IT-инструменты поддержки наставничества.
11. Педагог как куратор и тьютор детских проектных команд.
12. Технология наставничества в системе «педагог – обучающийся»(наставничество в образовании).
13. Опытный педагог как ментор и супервайзер молодых педагогов.
14. Технология наставничества в системе «педагог – педагог»(наставничество в организации).

Названия кейс-заданий к Разделу 2:

1. Заполнить таблицу о разнообразии техник и инструментов наставничества:

Техники и инструменты наставничества	Крат кое описание	Возможности	Преимущества

2. Подготовиться с использованием материалов сети интернет и пособия Кан-Калика В.А. «Учителю о педагогическом общении» к проведению на занятии тренинга «Основы общения наставника своспитанником».
3. Написать эссе. Примерные темы: «Какой я был бы наставник», «Рольнаставника в моей жизни», «Наставничество в XXI веке: ценности и содержание деятельности».
4. Разработать тесты к каждой из тем курса с помощью сервиса дидактических игр Kahoot! https://kahoot.com/schools/
5. Сделать видеоклип с рассказом о ярком примере наставничества спомощью сервиса Quik https://apps.apple.com/app/applestore/id694164275?ls=1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ И ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ И ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении

материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные

результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема 1.1. лекционного занятия: Организационные модели включения проектной и исследовательской деятельности в образовательный процесс.

Цели занятия: рассмотреть организационные модели включения проектной и исследовательской деятельности в образовательный процесс.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: вводная лекция с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Нормативная база организации проектной и исследовательской деятельности. Требования ФГОС к результатам образования. Особенности организации проектной и учебно-исследовательской деятельность в образовательной деятельности Многообразие субъектов проектной деятельности. Проектные роли. Моделирующие пары в системе проектирования. Проектная команда. Пилотная группа. Группа тьюторов. Учебные и рабочие группы в проектировании. Тренинг-группы как субъект проектной деятельности. Сетевой субъект проектирования. Проблема организации совокупного субъекта. Психологическое обеспечение коммуникации внутри группы. Особенности совместной проектной деятельности детей и взрослых. Объекты проектирования. Предмет педагогического проектирования.

Тема 1.2. лекционного занятия: Понятия «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность».

Цели занятия: рассмотреть понятия «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность».

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Сущность понятий «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность», их специфика. Освоение проектирования и исследования как типов деятельности. Базовая методическая форма организации освоения обучающимися проектной и исследовательской деятельностей. Типы образовательных результатов, связанных с освоением проектной и исследовательской деятельностей. Возможности их диагностики.

Тема 2.1. лекционного занятия: Метод проектов и его место в современной методике.

Цели занятия: рассмотреть метод проектов и его место в современной методике.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие проекта и проектной деятельности. Понятия «проект», «проектная деятельность» и «управление проектами». Признаки проекта. Классификация проектов. Жизненный цикл проекта. Современные представления об управлении проектами. Основные функции управления проектами. Команда проекта. Сущность метода педагогического проектирования образовательной среды. Методологические основы развивающего образования. Социальные и пространственно-предметные компоненты развивающей образовательной среды. Психодидактический компонент развивающей образовательной среды учреждения. Жизненный цикл проекта и роли участников проекта. Целеполагание, формулировка идеи, планирование, критика содержания, реализация проекта. Роли участников группового проекта. Организационные условия реализации проекта. Технологии и инструменты продвижения проекта.

Тема 2.2. лекционного занятия: Основные понятия, сущность и виды педагогического проектирования.

Цели занятия: рассмотреть основные понятия, сущность и виды педагогического проектирования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие «педагогическое проектирование». Педагогический проект: понятие, сущность, назначение. Соотношение понятий «проективный», «проектный», «проектировочный». Проективное обучение и проективное образование. Прогнозирование как мыслительная процедура в проектировании. Конструирование как этап в проектировании. Метод моделирования. Проектная культура, ее компоненты. Подходы, основанные на проектной деятельности: проектно-целевой, проектно-модульный, проектно-программный.

Тема 2.3. лекционного занятия: Оценка результатов проектной деятельности.

Цели занятия: рассмотреть оценку результатов проектной деятельности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Критерии оценки результатов проектной деятельности. Методики оценки продукта проектной деятельности. «Подводные камни» проектной деятельности. Основные формы и средства оценки проектов. Критерии оценивания индивидуальных и групповых (коллективных) проектов (индивидуальные и групповые оценочные карты). Особенности руководства проектной деятельностью обучающихся.

Тема 3.1. лекционного занятия: Сущность и структура научно-исследовательской деятельности.

Цели занятия: рассмотреть **сущность и структуру научно-исследовательской деятельности.**

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Определение научно-исследовательской работы (НИР). Требования к исследовательской культуре в законе «Об образовании» и образовательных стандартах общего и высшего образования. Место и роль НИР в структуре учебного процесса (освоение знаний, практика, тренинг, исследование). Исследовательская культура и качество образования. Роль исследовательской деятельности в профессиональной деятельности педагогов. Профессиональный стандарт как норматив и ориентир в выстраивании траектории профессионального развития. Учебно-исследовательская работа, встроенная в учебный процесс. Организация научной деятельности студентов.

Тема 3.2. лекционного занятия: Современные методы научного исследования.

Цели занятия: рассмотреть современные методы научного исследования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Комплексный характер термина метод, его компоненты: структура, объект, цель. Принципы классификации методов (по сфере применения, по форме причинности, по характеру изучаемых явлений, по соотношению со стадиями исследовательской деятельности). Приемы общие (универсальные) и частные (соотносимые со специальными научными методами). Приемы общие теоретические (анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение, формализация, индукция, дедукция, идеализация, аналогия, моделирование) общие эмпирические (изучение литературы, наблюдение, измерение, опрос, тестирование и т. п.). Общие и частные специальные методы. Понятие о методологии и методике научного исследования. Объект и предмет научного исследования по филологии. Цели филологического исследования. Разграничение понятий: методология, метод, прием.

Тема 3.3. лекционного занятия: Оформление и представление результатов исследования.

Цели занятия: ознакомиться с пошаговым оформлением и представлением результатов исследования.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция-дискуссия с использованием метода краткого конспектирования, презентация.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Общие рекомендации к оформлению. Способы представления результатов исследования. Формы представления научных результатов. Оформление результатов исследования. Критерии оценки формы самостоятельной работы, курсовой, выпускной квалификационной работе и др. Основные элементы научно-исследовательской работы студента. Изучение литературы. Оформление списка литературы по ГОСТам. Анализ и внедрение результатов исследования.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: 1.1. Организационные модели включения проектной и исследовательской деятельности в образовательный процесс.

Формы практических заданий: подготовка презентаций.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Подготовьте электронные презентации по следующим вопросам:

1. Типы проектов. Проектная деятельность в рамках требований к предметным результатам освоения ООП.
2. Исследовательская деятельность в рамках требований к предметным результатам освоения ООП.
3. Требования образовательных стандартов второго поколения к освоению проектной и исследовательской деятельностей в рамках урочной и внеурочной форм.
4. Требования к условиям, обеспечивающим освоение проектной и исследовательской деятельностей обучающихся.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы)

Тема занятия: 1.2. Понятия «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность».

Формы практических заданий: аналитическое задание.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Задание 1. Опишите возможные проектные роли участников проектирования. Дайте им характеристику.

Задание 2. Предложите несколько вариантов соотношения объектов и предметов проектной деятельности в рамках социально-педагогического, психолого-педагогического и образовательного проектирования.

Задание 3. Напишите эссе на тему «Как я буду обеспечивать психологический комфорт для коммуникации внутри группы в ходе педагогического проектирования».

Задание 4. Дополните свой педагогический словарь понятиями: проектная деятельность, субъект проектной деятельности, объект проектирования, предмет педагогического проектирования, моделирующие пары, проектная команда, пилотная группа, тьютор, тренинг-группы, сетевой субъект проектирования, временные научно-исследовательские коллективы.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 2.1. Метод проектов и его место в современной методике.

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Темы дискуссии:

1. Историко-культурные источники развития педагогического проектирования.
2. Развитие и применение идей проектной деятельности в педагогике.
3. Проектирование как способ инновационного преобразования педагогической действительности.
4. Основные понятия педагогического проектирования.
5. Функции проектной деятельности, уровни и принципы проектирования.
6. Субъекты проектной деятельности.
7. Учебные, досуговые, социальнопедагогические проекты, проекты в системе профессиональной подготовки, проекты личностного становления, сетевые проекты, международные проекты.
8. «Подводные камни» проектной деятельности

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 2.2. Основные понятия, сущность и виды педагогического проектирования.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Задание 1. Подготовьте по группам сценарии интерактивных сюжетных ситуаций, в которых проявляется реальное взаимодействие учителя и учащихся в ходе одного из этапов педагогического проектирования.

Задание 2. Перечислите виды презентации проекта. Напишите, в чем преимущества и недостатки каждого вида презентации.

Задание 3. Дополните свой педагогический словарь понятиями: диагностика ситуации, проблематизация, концептуализация, форматирование проектов, программирование проекта, планирование проекта, рефлексия в проектной деятельности.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 2.3. Оценка результатов проектной деятельности.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Подготовка к устному опросу по темам практических занятий. Выполнение практико-ориентированных заданий Работа с рекомендованной литературой, интернет-ресурсами

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 3.1. Сущность и структура научно-исследовательской деятельности.

Формы практических заданий: дискуссии

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Темы дискуссии:

1. Дайте определение понятию «социальное управление».
2. Какие задачи призвано решать управление в образовании с точки зрения развития образовательной среды?
3. В чем сходство и развличие феноменов лидерства и руководства.
4. Дайте определение понятиям «лидер», «авторитет», «харизма», «управление».
5. Какие виды управления могут быть реализованы в ОУ?
6. Дайте краткие характеристики стилям управления.
7. Общее понятие моделирования. Виды моделирования
8. Моделирование и проектирование в образовании.
9. Технологии моделирования в образовании.
10. Векторная модель образовательной среды (по В.А. Ясвину).

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 3.2. Современные методы научного исследования.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Темы дискуссии:

1.Исторический анализ моделей образовательной среды.

2.Экспертиза как метод исследования

3.Определение, функции, задачи экспертизы в образовании.

4.Виды и параметры экспертизы в образовании

5.Подходы к определению «качества образования».

6.Качество образовательной среды: параметры и критерии.

7.Факторы, определяющие качество образовательной среды.

8.Способы повышения качества образовательной среды

9.Подходы к организации экспертизы образовательной среды

10.Экспертиза компонентов образовательной среды: критерии, технологии реализации, методы и методики.

11.Общественная экспертиза образовательной среды: цели, задачи, особенности проведения.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

Тема занятия: 3.3. Оформление и представление результатов исследования.

Формы практических заданий: дискуссии.

Вопросы для обсуждения в дискуссии

Тема: Проблематизация и рефлексия в проектной и исследовательской деятельностях.

Перечень заданий:

Подготовьте электронные презентации по следующим вопросам:

1. Процедура построения замысла проекта. Проблемная ситуация как основной элемент проектной деятельности.

2. Несводимость проблемы к вопросу, к затруднению. Использование педагогом разных исследовательской приемов и средств проблематизации.

3. Перевод деятельностей. проблемы в задачу. Проблематизация и самоопределение.

4. Проблематизация в исследовательской деятельности как фактор построения исследовательской гипотезы

5. Проанализируйте непосредственные и отдаленные последствия развития образовательной среды ОУ в зависимости от разных стилей: директивной модели (авторитарный стиль); кооперативной модели (демократический стиль); «недирективной» модели (попустительский стиль).

6. Подготовьте развернутую характеристику руководителя (реального, воображаемого или с использованием художественного образа), учитывая различные критерии.

7. Сделайте сравнительный анализ подходов к определению понятия «педагогическая система» (В.И.Панов, Е.А.Климов, Г.А.Ковалев).

8. Составьте схему, отражающую внутренние и внешние связи ОУ как открытой педагогической системы.

9. Представьте в виде таблицы обобщенные характеристики образовательного учреждения как открытой педагогической системы.

10. Теоретические основы педагогического проектирования.

11. Методические аспекты проектирования элементов учебного процесса.

12. Особенности выполнения учебного педагогического проекта..

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (указания, вопросы, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
Раздел 1. Проектная и исследовательская деятельность в образовании соответствии с ФГОС.	Самостоятельное изучение материала раздела
Тема 1.1. Организационные модели включения проектной и исследовательской деятельности в образовательный процесс. Тема 1.2. Понятия «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность».	Подготовка реферата
Раздел 2. Методы проектной деятельности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.1 Метод проектов и его место в современной методике. Тема 2.2. Основные понятия, сущность и виды педагогического проектирования. Тема 2.3. Оценка результатов проектной деятельности.	Подготовка реферата
Раздел 3. Методы исследовательской деятельности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 3.1. Сущность и структура научно-исследовательской деятельности.	Подготовка реферата

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 3.2. Современные методы научного исследования. Тема 3.3 Оформление и представление результатов исследования	

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1. Проектная и исследовательская деятельность в образовании в соответствии с ФГОС.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:

1. Педагогическое проектирование в общем контексте социальных технологий (историко-культурные источники развития педагогического проектирования, развитие и применение идей проектной деятельности в педагогике, проектирование как способ инновационного преобразования педагогической действительности).
2. Основные виды педагогического проектирования (проектирование содержания образования, проектирование образовательных систем, проектирование педагогических технологий, проектирование контекста педагогической деятельности).
3. Понятие о проектировании.
4. Виды проектирования.
5. Проект и его характеристики.
6. Педагогическое проектирование.
7. Модели педагогического проектирования: прогностическая, концептуальная, инструментальная, модель мониторинга, рефлексивная модель.
8. Результаты педагогического проектирования: 1) педагогическая система; 2) система управления образованием; 3) система методического обеспечения; 4) проект образовательного процесса.

Перечень тем рефератов к Разделу 1:

1. Основные понятия педагогического проектирования (педагогический проект, проектирование, прогнозирование, моделирование, конструирование).
2. Педагогическое проектирование.
3. Модели педагогического проектирования: прогностическая, концептуальная, инструментальная, модель мониторинга, рефлексивная модель.
4. Функции, уровни, принципы, этапы проектной деятельности, виды и организация педагогического проектирования.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2. Методы проектной деятельности.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. 1. Назовите отличия понятий «исследовательская деятельность» и «проектная деятельность».
2. 2. Что такое метод?
3. 3. Сравните различные определения термина метод и обоснуйте выбранное вами.
4. 4. Какие методы используются в исследовательской деятельности?
5. 5. В чем отличие теоретических и практических методов исследования?
6. 6. Обоснуйте полезность освоения обучающимися в начальной школе исследовательских навыков
7. Исследовательские навыки – это предметные или метапредметные результаты обучения?
   8. Какие исследовательские методы вы использовали при выполнении учебных исследований?
8. 9. Какой из исследовательских методов принято считать универсальным?
9. 10. На каком этапе исследования целесообразнее использовать метод наблюдения?
10. 11. Метод проектов: история и современность
11. 12. Дайте сравнительную характеристику проектной и исследовательской деятельности.
12. 13. Основные методы технологии проектной деятельности.
13. 14. Этапы создания проекта и используемые методы.
14. 15. Методы представления результатов проекта
15. 16. Особенности проектирования образовательных программ различного уровня образования.

Перечень тем рефератов к Разделу 2:

1. Научно-теоретические, методологические и нормативно-правовые основы проектирования образовательных программ образовательной организации общего образования.
2. Педагогическая квалиметрия.
3. Современные теоретические модели образованности, цели и результаты образования.
4. Универсальные учебные действия в системе результатов образования.
5. Таксономия педагогических целей в отечественной и зарубежной дидактике (уровни целей).

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3. Методы исследовательской деятельности.

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Теоретико-методологические основы проектирования содержания общего образования (содержание образования и структура науки, содержание образования и культура, аксиологические основания проектировании содержания образования, антропологический дискурс).
2. Интеграция предметного образования и интеграция деятельности хронологический, функциональный и методологический уровни интеграции).

3. Научно-методическое и кадровое обеспечение реализации образовательной программы. Экспериментальная и инновационная деятельность в образовании.

4. Инновационные формы реализации образовательных программ.

5. Сетевая форма реализации образовательных программ.

6. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных технологий.

7. Информационно-образовательная среда образовательного учреждения.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации образовательной программы. Печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы.

9. Психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы.

Перечень тем рефератов к Разделу 3:

1. Научное мышление: основные характеристики.
2. Теоретическое и эмпирическое исследование.
3. Метод эксперимента в научном исследовании
4. Методы обработки данных; анализ и обобщение результатов
5. Сущность исследовательской деятельности в вузе и в школе
6. Основные инструменты исследовательской деятельности
7. Выбор темы исследования как определяющий фактор активизации познавательного интереса у учащихся
8. Метод проектов: история и современность
9. Типология проектов и особенности выбора методов.
10. Типология проектов и особенности представления их результатов
11. Общая характеристика методов исследования и их классификация.
12. Методы проектирования.
13. Методы научно – исследовательской деятельности.
14. Общенаучные методы исследования.
15. Методы эмпирического исследования.
16. Методы теоретического исследования

16.

17.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) МЕТОДЫ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО АНАЛИЗА ДАННЫХ

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

МЕТОДЫ КОЛИЧЕСТВЕННОГО И КАЧЕСТВЕННОГО АНАЛИЗА ДАННЫХ

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по

заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-

правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Раздел 1. Основы статистического исследования

Тема 1 лекционного занятия №1: Теория измерений и предварительный анализ данных. Анализ статистических гипотез

Цели занятия:

1. **Формирование понимания:** Обеспечить студентов пониманием основных понятий теории измерений и их роли в статистике и научных исследованиях.
2. **Овладение методами:** Научить студентов различным методам и техникам предварительного анализа данных для подготовки к дальнейшему статистическому анализу.
3. **Развитие навыков:** Развить у студентов навыки критического анализа данных и выявления проблем, связанных с измерениями и анализом данных.
4. **Применение знаний:** Подготовить студентов к применению теории измерений и методов предварительного анализа в практических ситуациях и исследовательских проектах.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: Использовать традиционные лекционные методы для объяснения теоретических аспектов измерений и анализа данных.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

1. **Введение в теорию измерений:**
   - Определение и важность измерений в научных исследованиях.
   - Уровни измерений: номинальный, порядковый, интервальный, отношений.
2. **Методы и техники измерения:**
   - Способы сбора данных: опросы, эксперименты, наблюдения.
   - Проблемы надежности и валидности измерений.
3. **Предварительный анализ данных:**
   - Значение предварительного анализа для подготовки данных к основному анализу.
   - Основные техники: визуализация, оценка пропущенных значений, выявление выбросов.
4. **Практические примеры и кейсы:**
   - Анализ реальных исследований, где были применены теории измерений и методы предварительного анализа.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Вопросы и ответы:** Поощрять студентов задавать вопросы в процессе лекции для прояснения сложных тем.
- **Групповая работа:** Разделить студентов на небольшие группы для обсуждения примеров применения теории измерений в их области интересов.
- **Обсуждение результатов:** Попросить студентов поделиться своими выводами по итогам групповой работы, что поможет в развитии критического мышления.
- **Применение к реальным данным:** Показать, как использовать программное обеспечение для предварительного анализа данных, и вовлечь студентов в активное участие.
- **Обратная связь:** Проводить опросы и собирать отзывы по окончании занятия для оценки эффективности преподавания и понимания материала студентами.

Раздел 2. Методы статистического анализа данных

Тема 2 лекционного занятия №2: Корреляция и регрессионный анализ. Анализ временных рядов

Цели занятия

1. **Формирование понимания:** Обеспечить студентов пониманием основных понятий теории измерений и их роли в статистике и научных исследованиях.
2. **Овладение методами:** Научить студентов различным методам и техникам предварительного анализа данных для подготовки к дальнейшему статистическому анализу.
3. **Развитие навыков:** Развить у студентов навыки критического анализа данных и выявления проблем, связанных с измерениями и анализом данных.

Применение знаний: Подготовить студентов к применению теории измерений и методов предварительного анализа в практических ситуациях и исследовательских проектах.

Методы и средства обучения, основные методические приемы. Использовать традиционные лекционные методы для объяснения теоретических аспектов измерений и анализа данных.

Содержание лекционного занятия:

Введение в теорию измерений:

- Определение и важность измерений в научных исследованиях.
- Уровни измерений: номинальный, порядковый, интервальный, отношений.

Методы и техники измерения:

- Способы сбора данных: опросы, эксперименты, наблюдения.
- Проблемы надежности и валидности измерений.

Предварительный анализ данных:

- Значение предварительного анализа для подготовки данных к основному анализу.
- Основные техники: визуализация, оценка пропущенных значений, выявление выбросов.

Практические примеры и кейсы:

- Анализ реальных исследований, где были применены теории измерений и методы предварительного анализа.

Взаимодействие с аудиторией:

- **Вопросы и ответы:** Поощрять студентов задавать вопросы в процессе лекции для прояснения сложных тем.
- **Групповая работа:** Разделить студентов на небольшие группы для обсуждения примеров применения теории измерений в их области интересов.
- **Обсуждение результатов:** Попросить студентов поделиться своими выводами по итогам групповой работы, что поможет в развитии критического мышления.
- **Применение к реальным данным:** Показать, как использовать программное обеспечение для предварительного анализа данных, и вовлечь студентов в активное участие.
- **Обратная связь:** Проводить опросы и собирать отзывы по окончании занятия для оценки эффективности преподавания и понимания материала студентами.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические занятия не предусмотрены учебным планом

П.2.4. Методические материалы к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Тема 1.1. Теория измерений и предварительный анализ данных

Форма практического задания: расчетно-графические работы

Задания лабораторного практикума:

Задание 1: Исследование уровней измерений

Цель: Определить, к какому уровню измерений относятся различные переменные.

Описание задания:

Вы получите набор переменных, связанных с исследованием потребительских привычек (например, возраст, пол, уровень дохода, степень удовлетворенности продуктом). Ваша задача — определить уровень измерений (номинальный, порядковый, интервальный, отношений) для каждой переменной.

Переменные:

1. Возраст (в годах)
2. Пол (мужской/женский)
3. Уровень дохода (низкий, средний, высокий)
4. Оценка удовлетворенности продуктом по шкале от 1 до 10

Инструкция:

- Определите уровень измерений для каждой переменной.
- Обоснуйте свой выбор, объяснив, почему эта переменная относится к конкретному уровню измерений.

Задание 2: Предварительный анализ данных

Цель: Провести предварительный анализ данных и выявить возможные проблемы.

1. **Описание задания:** Вы получите набор данных о физической активности и уровне здоровья 100 респондентов. Ваша задача — провести предварительный анализ данных с использованием статистического программного обеспечения (например, Операционная система: Astra Linux SE Пакет офисных программ: LibreOffice)

).

Инструкция:

1. Загрузите предоставленный набор данных (содержит переменные: возраст, пол, уровень физической активности, индекс массы тела (ИМТ), наличие хронических заболеваний).
2. Выполните следующие действия:
    - Оцените наличие пропущенных значений и выбросов.
    - Постройте визуализации (гистограммы, диаграммы рассеяния) для изучения распределения данных и выявления закономерностей.
    - Оцените основные статистические показатели (среднее, медиана, стандартное отклонение) для количественных переменных.
3. Напишите краткий отчет, в котором отразите результаты предварительного анализа и выявленные проблемы.

Задание 3: Измерение надежности и валидности

Цель: Оценить надежность и валидность инструмента измерения.

Описание задания:

Вы будете работать с опросником, предназначенным для оценки уровня стресса у студентов. Ваша задача — оценить надежность и валидность этого опросника на основе предоставленных данных.

Инструкция:

1. Проанализируйте предоставленный набор данных (например, ответы 50 студентов на опросник).
2. Выполните следующие действия:
    - Рассчитайте коэффициент альфа Кронбаха для оценки надежности опросника.
    - Проведите тест на валидность (например, сравните результаты опросника с внешним критерием, таким как уровень успеваемости студентов).
3. Напишите отчет, в котором отразите результаты анализа надежности и валидности, а также рекомендации по улучшению инструмента измерения.

Тема занятия: Тема 1.2. Анализ статистических гипотез
Форма практического задания: расчетно-графические работы
Задания лабораторного практикума:

Задание 1: Тестирование гипотез о средних значениях

Цель: Научиться формулировать нулевую и альтернативную гипотезы, а также проводить t-тест для независимых выборок.

Описание задания:

Вы получите данные о среднем уровне успеваемости студентов в двух группах (группа А и группа В), которые прошли разные учебные программы. Ваша задача — проверить, есть ли статистически значимые различия в среднем уровне успеваемости между этими двумя группами.

Инструкция:

1. Сформулируйте нулевую гипотезу (H0) и альтернативную гипотезу (H1).
2. Выберите уровень значимости (например, $\alpha = 0.05$).
3. Используя программное обеспечение (Операционная система: Astra Linux SE Пакет офисных программ: LibreOffice), проведите t-тест для независимых выборок.
4. Проанализируйте результаты теста (p-значение и доверительный интервал) и сделайте вывод о том, отвергается ли нулевая гипотеза.

Задание 2: Тестирование гипотез с использованием ANOVA

Цель: Научиться проводить дисперсионный анализ (ANOVA) для проверки гипотез о различиях средних значений более чем двух групп.

Описание задания:
Вы получите данные о результатах тестов студентов в трех разных учебных группах, каждая из которых прошла свой курс. Ваша задача — выяснить, есть ли различия в средних оценках между группами.

Инструкция:

1. Сформулируйте нулевую гипотезу (H0) и альтернативную гипотезу (H1).
2. Выберите уровень значимости (например, $\alpha = 0.05$).
3. Проведите односторонний дисперсионный анализ (ANOVA) с использованием статистического программного обеспечения.
4. Интерпретируйте результаты (F-статистика и p-значение) и сделайте выводы о различиях между группами. Если H0 отвергается, проведите пост-хок тест (например, тест Тьюки) для выяснения, между какими группами есть различия.

Задание 3: Хи-квадрат тест для независимости

Цель: Научиться использовать хи-квадрат тест для проверки зависимости между двумя категориальными переменными.

Описание задания:
Вы получите данные о предпочтениях студентов по выбору учебного заведения в зависимости от их пола (мужской/женский). Ваша задача — проверить, существует ли зависимость между полом и выбором учебного заведения.

Инструкция:

1. Сформулируйте нулевую гипотезу (H0) и альтернативную гипотезу (H1).
2. Выберите уровень значимости (например, $\alpha = 0.05$).
3. Создайте контингентную таблицу, отображающую распределение студентов по полам и выбору учебного заведения.
4. Используя программное обеспечение, проведите хи-квадрат тест для независимости.
5. Проанализируйте результаты (хи-квадрат статистику и p-значение) и сделайте вывод о том, отвергается ли нулевая гипотеза.

Тема занятия: Тема 2.1. Корреляция и регрессионный анализ

Форма практического задания: расчетно-графические работы
Задания лабораторного практикума:

Задание 1: Исследование корреляции между переменными

Цель: Научиться определять наличие и силу связи между двумя количественными переменными с использованием корреляционного анализа.

Описание задания:
Вы получите данные о часах, проведенных за учебой, и оценках студентов на экзаменах. Ваша задача — провести корреляционный анализ для выявления связи между количеством часов учебы и оценками.

Инструкция:

1. Загрузите предоставленный набор данных (часов учебы и оценок).
2. Постройте диаграмму рассеяния для визуализации отношений между переменными.
3. Рассчитайте коэффициент корреляции Пирсона и интерпретируйте полученное значение (от -1 до 1).
4. Напишите краткий отчет, в котором отразите результаты корреляционного анализа и сделайте выводы о наличии связи между переменными.

Задание 2: Множественная линейная регрессия

Цель: Научиться строить модель множественной линейной регрессии для предсказания одной переменной на основе нескольких независимых переменных.

Описание задания:
Вы получите данные о характеристиках жилья (площадь, количество спален, возраст дома) и их ценах. Ваша задача — построить модель множественной линейной регрессии для предсказания цены жилья.

Инструкция:

1. Загрузите предоставленный набор данных (площадь, количество спален, возраст дома, цена).
2. Проведите исследовательский анализ данных (EDA), включая визуализации и оценку корреляций между переменными.
3. Постройте модель множественной линейной регрессии, используя цену как зависимую переменную и площадь, количество спален и возраст как независимые.
4. Оцените модель (коэффициенты регрессии, R^2, p-значения) и интерпретируйте результаты.
5. Напишите отчет, в котором отразите полученные результаты и рекомендации по использованию модели.

Задание 3: Анализ остатка и диагностика модели

Цель: Научиться анализировать остатки регрессионной модели для проверки ее адекватности.

Описание задания:
Вы будете работать с моделью, построенной в предыдущем задании. Ваша задача — провести анализ остатков, чтобы проверить, соответствуют ли они предположениям линейной регрессии.

Инструкция:

1. Используя модель множественной линейной регрессии, получите остатки (разницу между фактическими и предсказанными значениями).
2. Постройте график остатков и анализируйте, есть ли какие-либо паттерны.
3. Проверьте нормальность распределения остатков с помощью теста Шапиро-Уилка или построения гистограммы.
4. Выполните тест на гомоскедастичность (например, тест Бреуша-Пагана) и прокомментируйте результаты.
5. Напишите краткий отчет, в котором отразите результаты анализа остатков и сделайте выводы о том, насколько адекватна модель.

Тема занятия: Тема 2.2. Анализ временных рядов
Форма практического задания: расчетно-графические работы
Задания лабораторного практикума:

Задание 1: Построение и визуализация временного ряда

Цель: Научиться строить и визуализировать временной ряд, а также выявлять основные тренды и сезонные колебания.

Описание задания:
Вы получите данные о месячных продажах товара за последние 3 года. Ваша задача — построить график временного ряда и проанализировать его.

Инструкция:

1. Загрузите предоставленный набор данных о продажах.
2. Постройте график временного ряда, используя выбранное статистическое программное обеспечение (Операционная система: Astra Linux SE Пакет офисных программ: LibreOffice).
3. Выявите и прокомментируйте основные тренды, сезонные колебания и любые другие закономерности, которые вы заметили.
4. Напишите краткий отчет, в котором опишите результаты визуализации и сделайте выводы о динамике продаж.

Задание 2: Моделирование временного ряда с использованием модели ARIMA

Цель: Научиться применять модель ARIMA для прогнозирования значений временного ряда.

Описание задания:
Вы будете работать с набором данных о ценах на акции за последние 5 лет. Ваша задача — построить модель ARIMA и использовать ее для прогнозирования будущих значений.

Инструкция:

1. Загрузите предоставленный набор данных о ценах акций.
2. Проведите предварительный анализ данных (проверка на стационарность, визуализация).
3. Если необходимо, преобразуйте данные, чтобы сделать их стационарными (например, с помощью дифференцирования).
4. Постройте модель ARIMA, выбрав соответствующие параметры (p, d, q).

5. Проведите прогнозирование на следующий год и визуализируйте результаты.
6. Напишите отчет, в котором отразите этапы моделирования и интерпретацию полученных прогнозов.

Задание 3: Оценка точности прогноза

Цель: Научиться оценивать точность прогноза временного ряда с использованием различных метрик.

Описание задания:

Вы будете использовать модель временного ряда, созданную в предыдущем задании, и сравните фактические значения с предсказанными. Ваша задача — оценить точность прогноза.

Инструкция:

1. Используйте набор данных о ценах акций и модель ARIMA, созданную на предыдущем шаге.
2. Разделите данные на обучающую и тестовую выборки (например, 80% - 20%).
3. Постройте модель ARIMA на обучающей выборке и выполните прогноз на тестовой выборке.
4. Оцените точность прогноза с помощью различных метрик, таких как MSE (среднеквадратичная ошибка), MAE (средняя абсолютная ошибка) и RMSE (корень из среднеквадратичной ошибки).
5. Напишите отчет, в котором отразите результаты оценки точности прогноза и рекомендации по улучшению модели.

П.2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Раздел 1. Основы статистического исследования Тема 1.1. Теория измерений и предварительный анализ данных Тема 1.2. Анализ статистических гипотез	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
	Выполнение кейс - задания
Раздел 2. Методы статистического анализа данных Тема 2.1. Корреляция и регрессионный анализ Тема 2.2. Анализ временных рядов	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
	Подготовка реферата
	Выполнение кейс - задания
	Подготовка проекта

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1 ОСНОВЫ СТАТИСТИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ **Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 1:**

1. Модели данных.
2. Понятие измерения.
3. Измерительные шкалы.

4. Номинативная шкала.
5. Порядковая (ранговая, одинарная) шкала.
6. Шкала интервалов.
7. Шкала отношений.
8. Понятие выборки.
9. Описательные статистики.
10. Этапы предварительного анализа данных.
11. Предварительная обработка количественных и качественных признаков.
12. Визуализация.
13. Методы сокращения размерности.
14. Каковы виды выборок.

Перечень тем рефератов / эссе к Разделу 1:

1. Что такое уровни измерений
2. Какова роль гипотезы в статистическом исследовании
3. Что такое уровень значимости
4. Каковы основные виды статистических тестов
5. Что такое корреляция

Названия кейс-заданий к Разделу 1:

Кейс 1: Исследование удовлетворенности клиентов

Ситуация:

Компания "СуперСервис" решила провести исследование удовлетворенности своих клиентов для улучшения качества обслуживания. Вам поручено собрать и проанализировать данные.

Задачи:

1. Разработайте анкету для опроса клиентов. Включите вопросы о качестве обслуживания, уровне удовлетворенности, вероятности повторного обращения и рекомендации компании другим.
2. Определите целевую аудиторию для вашего исследования.
3. Опишите, какую выборку вы планируете использовать (например, простую случайную выборку, стратифицированную выборку) и почему.
4. Соберите данные и выполните предварительный анализ (например, оцените наличие пропущенных значений).
5. Проведите анализ данных (используйте описательные статистики, корреляционный анализ) и сформулируйте выводы о состоянии удовлетворенности клиентов.

Кейс 2: Анализ данных о продажах

Ситуация:

Вам предоставлен набор данных о продажах продуктов компании за последние 12 месяцев. Данные содержат информацию о количестве продаж, ценах, скидках и рекламных акциях.

Задачи:

1. Проведите предварительный анализ данных: определите наличие выбросов, пропущенных значений и основные статистики (среднее, медиана, стандартное отклонение).
2. Постройте графики для визуализации данных (гистограммы, диаграммы рассеяния).
3. Проанализируйте связь между скидками и количеством продаж. Используйте корреляционный анализ и регрессионный анализ для проверки этой связи.
4. На основе полученных данных предложите рекомендации для повышения объема продаж в будущем.

Кейс 3: Исследование влияния образа жизни на здоровье

Ситуация:

Группа исследователей хочет выяснить, как образ жизни (физическая активность, питание, курение) влияет на уровень здоровья (например, индекс массы тела, уровень холестерина). Вам поручено провести статистическое исследование.

Задачи:

1. Определите переменные, которые вы будете использовать в исследовании (например, количество физических упражнений в неделю, уровень потребления овощей, курение и т.д.).
2. Разработайте план сбора данных (например, через анкетирование, медицинские обследования).
3. Опишите, какую выборку вы планируете использовать и какие уровни измерений будут у ваших переменных.
4. Проведите анализ собранных данных: используйте тесты на нормальность, корреляционные и регрессионные анализы для определения взаимосвязей.
5. На основе полученных результатов сформулируйте выводы о влиянии образа жизни на здоровье.

Кейс 4: Оценка эффективности рекламы

Ситуация:

Компания "Эффективная Реклама" запустила новую рекламную кампанию и хочет оценить ее влияние на продажи. Вам поручено проанализировать данные.

Задачи:

1. Определите, какие данные вам нужны для анализа (например, объем продаж до и после запуска кампании, затраты на рекламу).
2. Соберите данные за 6 месяцев до и 6 месяцев после запуска кампании.
3. Проведите предварительный анализ данных, оценив тренды и сезонные колебания.
4. Используйте методику A/B тестирования для оценки эффективности рекламной кампании.
5. На основе полученных данных сделайте выводы о целесообразности продолжения кампании.

П.2.6. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ СТАТИСТИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Тема 1.1. Теория измерений и предварительный анализ данных

Критические значения критерия Пирсона (χ^2-критерия) для различного уровня значимости q (%) и числа степеней свободы v

Число степеней свободы, v	Уровень значимости, q, %							
	20	10	5	2	1	0,5	0,2	0,1
1	1,642	2,706	3,841	5,412	6,635	7,879	9,550	10,83
2	3,219	4,605	5,991	7,824	9,210	10,60	12,43	13,82
3	4,642	6,251	7,815	9,837	11,34	12,84	14,80	16,27
4	5,989	7,779	9,488	11,67	13,28	14,86	16,92	18,47
5	7,289	9,236	11,07	13,39	15,09	16,75	18,91	20,52
6	8,558	10,64	12,59	15,03	16,81	18,55	20,79	22,46
7	9,803	12,02	14,07	16,62	18,48	20,28	22,60	24,32
8	11,03	13,36	15,51	18,17	20,09	21,95	24,35	26,12
9	12,24	14,68	16,92	19,68	21,67	23,59	26,06	27,88
10	13,44	15,99	18,31	21,16	23,21	25,19	27,72	29,59
11	14,63	17,28	19,68	22,62	24,72	26,76	29,35	31,26
12	15,81	18,55	21,03	24,05	26,22	28,30	30,96	32,91
13	16,98	19,81	22,36	25,47	27,69	29,82	32,54	34,53
14	18,15	21,06	23,68	26,87	29,14	31,32	34,09	36,12
15	19,31	22,31	25,00	28,26	30,58	32,80	35,63	37,70
16	20,47	23,54	26,30	29,63	32,00	34,27	37,15	39,25
17	21,61	24,77	27,59	31,00	33,41	35,72	38,65	40,79
18	22,76	25,99	28,87	32,35	34,81	37,16	40,14	42,31
19	23,90	27,20	30,14	33,69	36,19	38,58	41,61	43,82
20	25,04	28,41	31,41	35,02	37,57	40,00	43,07	45,31
21	26,17	29,62	32,67	36,34	38,93	41,40	44,52	46,80
22	27,30	30,81	33,92	37,66	40,29	42,80	45,96	48,27
23	28,43	32,01	35,17	38,97	41,64	44,18	47,39	49,73
24	29,55	33,20	36,42	40,27	42,98	45,56	48,81	51,18
25	30,68	34,38	37,65	41,57	44,31	46,93	50,22	52,62
26	31,79	35,56	38,89	42,86	45,64	48,29	51,63	54,05
27	32,91	36,74	40,11	44,14	46,96	49,64	53,02	55,48
28	34,03	37,92	41,34	45,42	48,28	50,99	54,41	56,89
29	35,14	39,09	42,56	46,69	49,59	52,34	55,79	58,30
30	36,25	40,26	43,77	47,96	50,89	53,67	57,17	59,70
31	37,36	41,42	44,99	49,23	52,19	55,00	58,54	61,10
32	38,47	42,58	46,19	50,49	53,49	56,33	59,90	62,49
33	39,57	43,75	47,40	51,74	54,78	57,65	61,26	63,87
34	40,68	44,90	48,60	53,00	56,06	58,96	62,61	65,25
35	41,78	46,06	49,80	54,24	57,34	60,27	63,95	66,62
36	42,88	47,21	51,00	55,49	58,62	61,58	65,30	67,99
37	43,98	48,36	52,19	56,73	59,89	62,88	66,63	69,35
38	45,08	49,51	53,38	57,97	61,16	64,18	67,97	70,70
39	46,17	50,66	54,57	59,20	62,43	65,48	69,29	72,05
40	47,27	51,81	55,76	60,44	63,69	66,77	70,62	73,40
41	48,36	52,95	56,94	61,67	64,95	68,05	71,94	74,74
42	49,46	54,09	58,12	62,89	66,21	69,34	73,25	76,08
43	50,55	55,23	59,30	64,12	67,46	70,62	74,57	77,42

Критические значения коэффициента Кохрена (G-критерия) для доверительной вероятности p = 95% и числе степеней свободы ν

Число измерений, k	Число степеней свободы, ν										
	1	2	3	4	5	6	8	10	16	36	∞
2	9985	9750	9392	9057	8772	8534	8159	7880	7341	6602	5000
3	9669	8709	0797	7454	7071	6771	6333	6025	5466	4748	3333
4	9065	7679	6841	6287	5895	5598	5175	4884	4366	3720	2500
5	8412	6838	5981	5441	5065	4783	4387	4118	3645	3066	2000
6	7808	6161	5321	4803	4447	4184	3817	3568	3135	2612	1667
7	7271	5612	4800	4307	3974	3726	3384	3154	2756	2278	1429
8	6798	5157	4377	3910	3595	3362	3043	2829	2462	2022	1250
9	6385	4775	4027	3584	7276	3067	2768	2568	2226	1820	1111
10	6020	4450	3733	3311	3029	2823	2541	2353	2032	1655	1000
12	5410	3924	3264	2880	2624	2439	2187	2020	1737	1403	0833
15	4709	3346	2758	2419	2195	2034	1815	1671	1429	1144	0667
20	3894	2705	2205	1921	1735	1602	1422	1303	1108	0879	0500
24	3434	2354	1907	1656	1493	1374	1216	1113	0942	0743	0417
30	2929	1980	1593	1377	1237	1137	1001	0921	0771	0604	0333
40	2370	1576	1259	1082	0968	0887	5950	0713	0595	0462	0250
60	1737	1131	0895	0765	0682	0623	0552	0497	0411	0316	0167
120	0998	0632	0495	0419	0371	0337	0292	0266	0218	0165	0083
∞	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000

Все значения G-критерия меньше единицы, поэтому в таблице приведены лишь десятичные знаки, следующие после запятой, перед которой при пользовании таблицей нужно ставить ноль целых. Например, при k = 6, ν = 3 имеем $G_{0,95} = 0,5321$.

Критические значения критерия Пирсона (χ^2-критерия) для различного уровня значимости q (%) и числа степеней свободы ν

Число степеней свободы, ν	Уровень значимости, q, %							
	20	10	5	2	1	0,5	0,2	0,1
44	51,64	56,37	60,48	65,34	68,71	71,89	75,87	78,75
45	52,73	57,51	61,66	66,56	69,96	73,17	77,18	80,08
46	53,82	58,64	62,83	67,77	71,20	74,44	78,48	81,40
47	54,91	59,77	64,00	68,99	72,44	75,70	79,78	82,72
48	55,99	60,91	65,17	70,20	73,68	76,97	81,08	84,04
49	57,08	62,04	66,34	71,41	74,92	78,23	82,37	85,35
50	58,16	63,17	67,50	72,61	76,15	79,49	83,66	86,66
51	59,25	64,30	68,67	73,82	77,39	80,75	84,94	87,97
52	60,33	65,42	69,83	75,02	78,62	82,00	86,23	89,27
53	61,41	66,55	70,99	76,22	79,84	83,25	87,51	90,57
54	62,50	67,67	72,15	77,42	81,07	84,50	88,79	91,87
55	63,58	68,80	73,31	78,62	82,29	85,75	90,06	93,17
56	64,66	69,92	74,47	79,81	83,51	86,99	91,33	94,46
57	65,74	71,04	75,62	81,01	84,73	88,24	92,61	95,75
58	66,82	72,16	76,78	82,20	85,95	89,48	93,87	97,04
59	67,89	73,28	77,93	83,39	87,17	90,72	95,14	98,32
60	68,97	74,40	79,08	84,58	88,38	91,95	96,40	99,61
61	70,05	75,51	80,23	85,77	89,59	93,19	97,67	100,89
62	71,13	76,63	81,38	86,95	90,80	94,42	98,92	102,17
63	72,20	77,75	82,53	88,14	92,01	95,65	100,18	103,44
64	73,28	78,86	83,68	89,32	93,22	96,88	101,44	104,72
65	74,35	79,97	84,82	90,50	94,42	98,11	102,69	105,99
66	75,42	81,09	85,96	91,68	95,63	99,33	103,94	107,26
67	76,50	82,20	87,11	92,86	96,83	100,55	105,19	108,53
68	77,57	83,31	88,25	94,04	98,03	101,78	106,44	109,79
69	78,64	84,42	89,39	95,21	99,23	103,00	107,69	111,06
70	79,71	85,53	90,53	96,39	100,43	104,21	108,93	112,32
71	80,79	86,64	91,67	97,56	101,62	105,43	110,17	113,58
72	81,86	87,74	92,81	98,73	102,82	106,65	111,41	114,84
73	82,93	88,85	93,95	99,90	104,01	107,86	112,65	116,09
74	84,00	89,96	95,08	101,07	105,20	109,07	113,89	117,35
75	85,07	91,06	96,22	102,24	106,39	110,29	115,12	118,60
76	86,13	92,17	97,35	103,41	107,58	111,50	116,36	119,85
77	87,20	93,27	98,48	104,58	108,77	112,70	117,59	121,10
78	88,27	94,37	99,62	105,74	109,96	113,91	118,82	122,35
79	89,34	95,48	100,75	106,91	111,14	115,12	120,05	123,59
80	90,41	96,58	101,88	108,07	112,33	116,32	121,28	124,84

Критические значения коэффициента Стьюдента ($t_{p,\nu}$-критерия) для различной доверительной вероятности p (%) и числа степеней свободы ν

Число степеней свободы, ν	Доверительная вероятность, p, %							
	80	90	95	98	99	99,5	99,8	99,9
1	3,0777	6,3138	12,7062	31,8205	63,6567	127,3213	318,3088	636,6192
2	1,8856	2,9200	4,3027	6,9646	9,9248	14,0890	22,3271	31,5991
3	1,6377	2,3534	3,1824	4,5407	5,8409	7,4533	10,2145	12,9240
4	1,5332	2,1318	2,7764	3,7469	4,6041	5,5976	7,1732	8,6103
5	1,4759	2,0150	2,5706	3,3649	4,0321	4,7733	5,8934	6,8688
6	1,4398	1,9432	2,4469	3,1427	3,7074	4,3168	5,2076	5,9588
7	1,4149	1,8946	2,3646	2,9980	3,4995	4,0293	4,7853	5,4079
8	1,3968	1,8595	2,3060	2,8965	3,3554	3,8325	4,5008	5,0413
9	1,3830	1,8331	2,2622	2,8214	3,2498	3,6897	4,2968	4,7809
10	1,3722	1,8125	2,2281	2,7638	3,1693	3,5814	4,1437	4,5869
11	1,3634	1,7959	2,2010	2,7181	3,1058	3,4966	4,0247	4,4370
12	1,3562	1,7823	2,1788	2,6810	3,0545	3,4284	3,9296	4,3178
13	1,3502	1,7709	2,1604	2,6503	3,0123	3,3725	3,8520	4,2208
14	1,3450	1,7613	2,1448	2,6245	2,9768	3,3257	3,7874	4,1405
15	1,3406	1,7531	2,1314	2,6025	2,9467	3,2860	3,7328	4,0728
16	1,3368	1,7459	2,1199	2,5835	2,9208	3,2520	3,6862	4,0150
17	1,3334	1,7396	2,1098	2,5669	2,8982	3,2224	3,6458	3,9651
18	1,3304	1,7341	2,1009	2,5524	2,8784	3,1966	3,6105	3,9216
19	1,3277	1,7291	2,0930	2,5395	2,8609	3,1737	3,5794	3,8834
20	1,3253	1,7247	2,0860	2,5280	2,8453	3,1534	3,5518	3,8495
21	1,3232	1,7207	2,0796	2,5176	2,8314	3,1352	3,5272	3,8193
22	1,3212	1,7171	2,0739	2,5083	2,8188	3,1188	3,5050	3,7921
23	1,3195	1,7139	2,0687	2,4999	2,8073	3,1040	3,4850	3,7676
24	1,3178	1,7109	2,0639	2,4922	2,7969	3,0905	3,4668	3,7454
25	1,3163	1,7081	2,0595	2,4851	2,7874	3,0782	3,4502	3,7251
26	1,3150	1,7056	2,0555	2,4786	2,7787	3,0669	3,4350	3,7066
27	1,3137	1,7033	2,0518	2,4727	2,7707	3,0565	3,4210	3,6896
28	1,3125	1,7011	2,0484	2,4671	2,7633	3,0469	3,4082	3,6739
29	1,3114	1,6991	2,0452	2,4620	2,7564	3,0380	3,3962	3,6594
30	1,3104	1,6973	2,0423	2,4573	2,7500	3,0298	3,3852	3,6460
32	1,3086	1,6939	2,0369	2,4487	2,7385	3,0149	3,3653	3,6218
34	1,3070	1,6909	2,0322	2,4411	2,7284	3,0020	3,3479	3,6007
36	1,3055	1,6883	2,0281	2,4345	2,7195	2,9905	3,3326	3,5821
38	1,3042	1,6860	2,0244	2,4286	2,7116	2,9803	3,3190	3,5657
40	1,3031	1,6839	2,0211	2,4233	2,7045	2,9712	3,3069	3,5510
42	1,3020	1,6820	2,0181	2,4185	2,6981	2,9630	3,2960	3,5377
44	1,3011	1,6802	2,0154	2,4141	2,6923	2,9555	3,2861	3,5258
46	1,3002	1,6787	2,0129	2,4102	2,6870	2,9488	3,2771	3,5150
48	1,2994	1,6772	2,0106	2,4066	2,6822	2,9426	3,2689	3,5051
50	1,2987	1,6759	2,0086	2,4033	2,6778	2,9370	3,2614	3,4960
55	1,2971	1,6730	2,0040	2,3961	2,6682	2,9247	3,2451	3,4764
60	1,2958	1,6706	2,0003	2,3901	2,6603	2,9146	3,2317	3,4602
65	1,2947	1,6686	1,9971	2,3851	2,6536	2,9060	3,2204	3,4466
70	1,2938	1,6669	1,9944	2,3808	2,6479	2,8987	3,2108	3,4350
80	1,2922	1,6641	1,9901	2,3739	2,6387	2,8870	3,1953	3,4163
90	1,2910	1,6620	1,9867	2,3685	2,6316	2,8779	3,1833	3,4019
100	1,2901	1,6602	1,9840	2,3642	2,6259	2,8707	3,1737	3,3905

Критические значения коэффициента Стьюдента ($t_{p,\nu}$-критерия) для различной доверительной вероятности p (%) и числа степеней свободы ν

Число степеней свободы, ν	Доверительная вероятность, p, %							
	80	90	95	98	99	99,5	99,8	99,9
110	1,2893	1,6588	1,9818	2,3607	2,6213	2,8648	3,1660	3,3812
120	1,2886	1,6577	1,9799	2,3578	2,6174	2,8599	3,1595	3,3735
130	1,2881	1,6567	1,9784	2,3554	2,6142	2,8557	3,1541	3,3669
140	1,2876	1,6558	1,9771	2,3533	2,6114	2,8522	3,1495	3,3614
150	1,2872	1,6551	1,9759	2,3515	2,6090	2,8492	3,1455	3,3566
160	1,2869	1,6544	1,9749	2,3499	2,6069	2,8465	3,1419	3,3524
170	1,2866	1,6539	1,9740	2,3485	2,6051	2,8441	3,1389	3,3487
180	1,2863	1,6534	1,9732	2,3472	2,6034	2,8421	3,1361	3,3454
190	1,2860	1,6529	1,9725	2,3461	2,6020	2,8402	3,1337	3,3425
200	1,2858	1,6525	1,9719	2,3451	2,6006	2,8385	3,1315	3,3398
250	1,2849	1,6510	1,9695	2,3414	2,5956	2,8322	3,1232	3,3299
300	1,2844	1,6499	1,9679	2,3388	2,5923	2,8279	3,1176	3,3233
350	1,2840	1,6492	1,9668	2,3370	2,5899	2,8249	3,1137	3,3185
400	1,2837	1,6487	1,9659	2,3357	2,5882	2,8227	3,1107	3,3150
450	1,2834	1,6482	1,9652	2,3347	2,5868	2,8209	3,1084	3,3123
500	1,2832	1,6479	1,9647	2,3338	2,5857	2,8195	3,1066	3,3101
550	1,2831	1,6476	1,9643	2,3331	2,5848	2,8184	3,1051	3,3083
600	1,2830	1,6474	1,9639	2,3326	2,5840	2,8175	3,1039	3,3068

Раздел 2. Методы статистического анализа данных

Тема 2.1. Корреляция и регрессионный анализ

Значения критерия Фишера (F-критерия) для уровня значимости q = 5%

ν_1 – число степеней свободы большей дисперсии; ν_2 – число степеней свободы меньшей дисперсии

ν_2	ν_1											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	15	20
1	161,4	199,5	215,7	224,6	230,2	234,0	236,8	238,9	240,5	241,9	245,9	248,0
2	18,51	19,00	19,16	19,25	19,30	19,33	19,35	19,37	19,38	19,40	19,43	19,45
3	10,13	9,55	9,28	9,12	9,01	8,94	8,89	8,85	8,81	8,79	8,70	8,66
4	7,71	6,94	6,59	6,39	6,26	6,16	6,09	6,04	6,00	5,96	5,86	5,80
5	6,61	5,79	5,41	5,19	5,05	4,95	4,88	4,82	4,77	4,74	4,62	4,56
6	5,99	5,14	4,76	4,53	4,39	4,28	4,21	4,15	4,10	4,06	3,94	3,87
7	5,59	4,74	4,35	4,12	3,97	3,87	3,79	3,73	3,68	3,64	3,51	3,44
8	5,32	4,46	4,07	3,84	3,69	3,58	3,50	3,44	3,39	3,35	3,22	3,15
9	5,12	4,26	3,86	3,63	3,48	3,37	3,29	3,23	3,18	3,14	3,01	2,94
10	4,96	4,10	3,71	3,48	3,33	3,22	3,14	3,07	3,02	2,98	2,85	2,77
11	4,84	3,98	3,59	3,36	3,20	3,09	3,01	2,95	2,90	2,85	2,72	2,65
12	4,75	3,89	3,49	3,26	3,11	3,00	2,91	2,85	2,80	2,75	2,62	2,54
13	4,67	3,81	3,41	3,18	3,03	2,92	2,83	2,77	2,71	2,67	2,53	2,46
14	4,60	3,74	3,34	3,11	2,96	2,85	2,76	2,70	2,65	2,60	2,46	2,39
15	4,54	3,68	3,29	3,06	2,90	2,79	2,71	2,64	2,59	2,54	2,40	2,33
16	4,49	3,63	3,24	3,01	2,85	2,74	2,66	2,59	2,54	2,49	2,35	2,28
17	4,45	3,59	3,20	2,96	2,81	2,70	2,61	2,55	2,49	2,45	2,31	2,23
18	4,41	3,55	3,16	2,93	2,77	2,66	2,58	2,51	2,46	2,41	2,27	2,19
19	4,38	3,52	3,13	2,90	2,74	2,63	2,54	2,48	2,42	2,38	2,23	2,16
20	4,35	3,49	3,10	2,87	2,71	2,60	2,51	2,45	2,39	2,35	2,20	2,12
21	4,32	3,47	3,07	2,84	2,68	2,57	2,49	2,42	2,37	2,32	2,18	2,10
22	4,30	3,44	3,05	2,82	2,66	2,55	2,46	2,40	2,34	2,30	2,15	2,07
23	4,28	3,42	3,03	2,80	2,64	2,53	2,44	2,37	2,32	2,27	2,13	2,05
24	4,26	3,40	3,01	2,78	2,62	2,51	2,42	2,36	2,30	2,25	2,11	2,03
25	4,24	3,39	2,99	2,76	2,60	2,49	2,40	2,34	2,28	2,24	2,09	2,01
26	4,23	3,37	2,98	2,74	2,59	2,47	2,39	2,32	2,27	2,22	2,07	1,99
27	4,21	3,35	2,96	2,73	2,57	2,46	2,37	2,31	2,25	2,20	2,06	1,97
28	4,20	3,34	2,95	2,71	2,56	2,45	2,36	2,29	2,24	2,19	2,04	1,96
29	4,18	3,33	2,93	2,70	2,55	2,43	2,35	2,28	2,22	2,18	2,03	1,94
30	4,17	3,32	2,92	2,69	2,53	2,42	2,33	2,27	2,21	2,16	2,01	1,93

Критические значения Q-критерия для различной доверительной вероятности p (%) и степеней свободы v

Число степеней свободы, v	Доверительная вероятность, p, %		
	90	95	99
2	0,89	0,94	0,99
3	0,68	0,77	0,89
4	0,56	0,64	0,76
5	0,48	0,56	0,70
6	0,43	0,51	0,64
7	0,40	0,48	0,58
8	0,37	0,46	0,53
9	0,34	0,44	0,48

Критические значения τ-критерия для различной доверительной вероятности p (%) и числа измерений n

Число измерений, n	Доверительная вероятность, p, %		
	90	95	99
3	1,41	1,41	1,41
4	1,65	1,69	1,72
5	1,79	1,87	1,96
6	1,89	2,00	2,13
7	1,97	2,09	2,27
8	2,04	2,17	2,37
9	2,10	2,24	2,46
10	2,15	2,29	2,54
15	2,33	2,49	2,80
20	2,45	2,62	2,96
25	2,54	2,72	3,07

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ В РАМКАХ СТРУКТУРЫ УРОКА	
Тема 1.1. Структура урока гимнастики в школе и методика проведения отдельных его частей. Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений.	Подбор упражнений (которые снимают воздействия физической нагрузки, приводят организм в спокойное состояние и в то же время вырабатывают умение ориентироваться в пространстве и времени). Упражнения отвлекающего характера. Упражнения с игровыми заданиями на внимание. Танцевальные упражнения. Упражнения успокаивающего характера. Упражнения на координацию. Задание на дом.
Тема 1.2 Методика проведения подготовительной части урока гимнастики.	Общие требования к проведению основной части урока. Определение соотношения нового и освоенного ранее материала. Способы организации учащихся в основной части урока. Способы регулирования физической нагрузки. Этапы и методы обучения гимнастическим упражнениям (метод решения частных двигательных задач, метод программированного обучения). Особенности развития (воспитания) физических качеств.
Тема 1.3 Методика проведения основной части урока гимнастики.	Задачи, содержание, способы организации занимающихся. Рапорт, строевые приемы, сообщение задач. Средства активизации функций организма детей (игры и игровые задания, активизирующие внимание) Приемы повышения интереса учащихся к занятиям — использование разнообразных (нешаблонных) упражнений, способов их проведения, методов организации учащихся на уроке.

	Выполнение упражнений с музыкальным сопровождением. Проверка и оценка выполняемых упражнений.
Тема 1.4 Методика проведения заключительной части урока гимнастики.	Задачи, содержание, способы организации занимающихся. Рапорт, строевые приемы, сообщение задач. Средства активизации функций организма детей (игры и игровые задания, активизирующие внимание) Приемы повышения интереса учащихся к занятиям — использование разнообразных (нешаблонных) упражнений, способов их проведения, методов организации учащихся на уроке. Выполнение упражнений с музыкальным сопровождением. Проверка и оценка выполняемых упражнений.
РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ СО ШКОЛЬНИКАМИ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП	
Тема 2.1. Методика построения уроков гимнастики в 1-4 классах.	Методика проведения уроков в 1-4 классах общеобразовательной школы (учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных). Выбор места для проведения занятий. Проведение подготовительной части урока по гимнастике. Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 1 - 4-х классах в основной части урока. Заключительная часть урока и особенности ее проведения.
Тема 2.2 Методика построения уроков гимнастики в 5-8 классах общеобразовательной школы.	Методика проведения уроков в 5-8 классах общеобразовательной школы (учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных). Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 5 - 8-х классах.
Тема 2.3 Методика построения уроков гимнастики в 9-11.	Методика проведения уроков в 9-11 классах общеобразовательной школы(учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных). Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 9 - 11 классах. Способы организации учащихся, обучение страховке, помощи и самостраховке
Тема 2.4 Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.	Порядок применения педагогических приемов: показа, подсказа, ориентиров, распоряжений, сигналов, команд при обучении строевым упражнениям, разновидностям передвижений, акробатическим упражнениям, упражнениям на снарядах. Характеристика и комплектование подготовительной и специальной медицинских групп. Подбор средств, показания и противопоказания к занятиям. Особенности регулирования нагрузки на занятиях. Критерии выставления оценок
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ	
Тема 3.1. Организация и проведение соревнований по гимнастике.	Комплексное развитие физических качеств на занятиях по гимнастике. Задачи, средства и методы развития силы. Задачи, средства и методы развития скоростно-силовых качеств. Задачи, средства и методы развития гибкости. Задачи, средства и методы развития координационных способностей. Методика развития силы: применение динамических упражнений (в преодолевающем

	и уступающем режимах). Статические (изометрические) упражнения. Преимущественное использование упражнений с преодолением веса собственного тела. Методика развития гибкости (активной и пассивной). Использование различных внешних воздействий (помощь партнера и инерция собственного тела). Сочетание активных движений с пассивными. Методика развития координационных способностей. Основным средством, совершенствующим координационные двигательные способности, являются специально направленные упражнения, входящие в основную гимнастику. При этом упражнения, связанные с умением сочетать свои движения различными частями тела, имеют неодинаковую трудность. Поэтому весьма важно последовательно усложнять координационную трудность проводимых с учащимися упражнений.
Тема 3.2. Организация и проведение массовых гимнастических выступлений.	История и характеристика спортивных праздников и массовых гимнастических выступлений. Подготовка и проведение массовых выступлений (составление программы и сценария, подбор музыкального оформления, составление и изучение комплексов упражнений, танцевальных комбинаций, проведение сводных и генеральных репетиций, проведение праздника и подведение итогов). Подготовка праздника в школе. Разработка сценария и подбор и обучение упражнениям. Педагогическое и агитационное значение соревнований. Виды и характеристика соревнований. Документы, необходимые для проведения соревнований. Особенности подготовки и проведения массовых соревнований. Судейство соревнований.
Тема 3.3. Гимнастика как средство оздоровления населения.	Гимнастика как средство оздоровления населения. Влияние занятий гимнастикой на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация и методика проведения оздоровительных занятий по современным видам гимнастики (ритмическая гимнастика (аэробика), шейпинг, йога, атлетическая гимнастика и др.).
РАЗДЕЛ 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ГИМНАСТИКЕ	
Тема 4.1. Средства и методы развития физических качеств в гимнастике.	Методические особенности упражнений. Физические упражнения развивающие координационные способности.
Тема 4.2 Общеразвивающая программа по гимнастике 4-7 лет.	Техника выполнения упражнений. Методические особенности упражнений. Физические упражнения, развивающие выносливость.
Тема 4.3 Примерные программы спортивной подготовки по гимнастике.	Техника выполнения упражнений. Методические особенности упражнений.
РАЗДЕЛ 5. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В ГИМНАСТИКЕ	

Тема 5.1. Спортивный отбор в гимнастике.	Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена. Понятие об одаренности и способностях. Принципы отбора. Основные пути отбора. Основные этапы отбора: 1. Спортивная пригодность. 2. Спортивная ориентация. 3. Комплектование команды. 4. Спортивная селекция. Основные показатели (критерии) отбора: 1. Спортивно-технический результат и динамика его в течение последних лет подготовки; 2. Возраст, состояние здоровья с учетом специфики гимнастики; 3. Уровень развития специальных физических качеств, мало изменяемых в процессе многолетней подготовки; 4. Потенциальные возможности функциональных систем организма к выполнению специфической деятельности; 5. Психическая устойчивость к перенесению специфических тренировочных нагрузок; 6. Наличие цели (мотивации) в избранном виде спорта. Средства и методы отбора. Методика отбора гимнастов по их способностям, спортивно-техническим результатам, возрасту, состоянию здоровья, уровню развития специальных физических качеств.
Тема 5.2 Методика тренировки юных гимнастов.	Оценка функциональных возможностей и двигательных способностей юных гимнастов. Виды подготовки гимнастов (физическая, техническая, тактическая, психологическая). Общая и специальная физическая подготовка. Цель и задачи общей физической подготовки. Цель и задачи специальной физической подготовки. Взаимосвязь специальной и общефизической подготовки. Педагогический контроль за общей и специальной физической подготовкой. Техническая подготовка гимнастов. Цель и задачи технической подготовки в гимнастике. Базовая подготовка, упражнения «Школа». Специально техническая подготовка. Взаимосвязь технической подготовки и физической. Психологическая подготовка в гимнастике. Цели и задачи психологической подготовки в гимнастике. Развитие волевых качеств. Психологическая подготовка в различные периоды соревновательной деятельности.
Тема 5.3. Этапы многолетней подготовки в гимнастике.	Система многолетней подготовки в видах гимнастики. Начальная спортивная тренировка. Начальная специализированная тренировка. Углубленная специализированная тренировка. Достижение высокого спортивного мастерства. Годичный период подготовки в гимнастике. Подготовительный период. Соревновательный период. Переходный период.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа,

основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ В РАМКАХ СТРУКТУРЫ УРОКА

Вопросы для самоподготовки

1. Подбор упражнений (которые снимают воздействия физической нагрузки, приводят организм в спокойное состояние и в то же время вырабатывают умение ориентироваться в пространстве и времени).
2. Упражнения отвлекающего характера.
3. Упражнения с игровыми заданиями на внимание.
4. Танцевальные упражнения.
5. Упражнения успокаивающего характера.
6. Упражнения на координацию.
7. Общие требования к проведению основной части урока.
8. Определение соотношения нового и освоенного ранее материала.
9. Способы организации учащихся в основной части урока.
10. Способы регулирования физической нагрузки.

11. Этапы и методы обучения гимнастическим упражнениям (метод решения частных двигательных задач, метод программированного обучения).
12. Особенности развития (воспитания) физических качеств.
13. Задачи, содержание, способы организации занимающихся.
14. Рапорт, строевые приемы, сообщение задач.
15. Средства активизации функций организма детей (игры и игровые задания, активизирующие внимание)
16. Приемы повышения интереса учащихся к занятиям — использование разнообразных (нешаблонных) упражнений, способов их проведения, методов организации учащихся на уроке.
17. Выполнение упражнений с музыкальным сопровождением.
18. Проверка и оценка выполняемых упражнений.
19. Структура урока: подготовительная, основная часть и заключительная части.
20. Задачи биологического аспекта; задачи педагогического аспекта.
21. Подготовка мест занятий и меры предупреждения травм на уроках гимнастики.
22. Помощь и страховка.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ СО ШКОЛЬНИКАМИ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП.

Вопросы для самоподготовки

1. Методика проведения уроков в 1-4 классах общеобразовательной школы (учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных).
2. Выбор места для проведения занятий.
3. Проведение подготовительной части урока по гимнастике.
4. Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 1 - 4-х классах в основной части урока.
5. Заключительная часть урока и особенности ее проведения.
6. Методика проведения уроков в 5-8 классах общеобразовательной школы (учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных).
7. Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 5 - 8-х классах.
8. Порядок применения педагогических приемов: показа, подсказа, ориентиров, распоряжений, сигналов, команд при обучении строевым упражнениям, разновидностям передвижений, акробатическим упражнениям, упражнениям на снарядах.
9. Характеристика и комплектование подготовительной и специальной медицинских групп.
10. Подбор средств, показания и противопоказания к занятиям.
11. Особенности регулирования нагрузки на занятиях. Критерии выставления оценок.
12. Методика проведения уроков в 9-11 классах общеобразовательной школы(учебных, смешанных, тренировочных, контрольных, вводных).
13. Последовательность обучения технике гимнастических упражнений в 9 - 11 классах.
14. Способы организации учащихся, обучение страховке, помощи и самостраховке.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Комплексное развитие физических качеств на занятиях по гимнастике.
2. Задачи, средства и методы развития силы.

3. Задачи, средства и методы развития скоростно-силовых качеств.
4. Задачи, средства и методы развития гибкости.
5. Задачи, средства и методы развития координационных способностей.
6. Методика развития силы: применение динамических упражнений (в преодолевающем и уступающем режимах).
7. Статические (изометрические) упражнения.
8. Преимущественное использование упражнений с преодолением веса собственного тела. Методика развития гибкости (активной и пассивной).
9. Использование различных внешних воздействий (помощь партнера и инерция собственного тела).
10. Сочетание активных движений с пассивными.
11. Методика развития координационных способностей.
12. Основным средством, совершенствующим координационные двигательные способности, являются специально направленные упражнения, входящие в основную гимнастику.
13. При этом упражнения, связанные с умением сочетать свои движения различными частями тела, имеют неодинаковую трудность.
14. Поэтому весьма важно последовательно усложнять координационную трудность проводимых с учащимися упражнений.
15. История и характеристика спортивных праздников и массовых гимнастических выступлений.
16. Подготовка и проведение массовых выступлений (составление программы и сценария, подбор музыкального оформления, составление и изучение комплексов упражнений, танцевальных комбинаций, проведение сводных и генеральных репетиций, проведение праздника и подведение итогов).
17. Подготовка праздника в школе.
18. Разработка сценария и подбор и обучение упражнениям.
19. Педагогическое и агитационное значение соревнований.
20. Виды и характеристика соревнований.
21. Документы, необходимые для проведения соревнований.
22. Особенности подготовки и проведения массовых соревнований.
23. Судейство соревнований.
24. Гимнастика как средство оздоровления населения.
25. Влияние занятий гимнастикой на функциональное состояние занимающихся.
26. Методика проведения занятий различной направленности.
27. Организация и методика проведения оздоровительных занятий по современным видам гимнастики (ритмическая гимнастика (аэробика), шейпинг, йога, атлетическая гимнастика и др.).

РАЗДЕЛ 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ГИМНАСТИКЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Физические упражнения, развивающие гибкость.
2. Техника выполнения упражнений.
3. Методические особенности упражнений.
4. Физические упражнения развивающие координационные способности.
5. Техника выполнения упражнений.
6. Методические особенности упражнений.
7. Физические упражнения, развивающие выносливость.
8. Техника выполнения упражнений.
9. Методические особенности упражнений.

РАЗДЕЛ 5. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В ГИМНАСТИКЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена.
2. Понятие об одаренности и способностях.
3. Принципы отбора.
4. Основные пути отбора.
5. Основные этапы отбора:
    1. Спортивная пригодность.
    2. Спортивная ориентация.
    3. Комплектование команды.
    4. Спортивная селекция.
6. Основные показатели (критерии) отбора:
    1. Спортивно-технический результат и динамика его в течение последних лет подготовки;
    2. Возраст, состояние здоровья с учетом специфики гимнастики;
    3. Уровень развития специальных физических качеств, мало изменяемых в процессе многолетней подготовки;
    4. Потенциальные возможности функциональных систем организма к выполнению специфической деятельности;
    5. Психическая устойчивость к перенесению специфических тренировочных нагрузок;
    6. Наличие цели (мотивации) в избранном виде спорта.
7. Средства и методы отбора.
8. Методика отбора гимнастов по их способностям, спортивно-техническим результатам, возрасту, состоянию здоровья, уровню развития специальных физических качеств.
9. Оценка функциональных возможностей и двигательных способностей юных гимнастов.
10. Виды подготовки гимнастов (физическая, техническая, тактическая, психологическая). Общая и специальная физическая подготовка.
11. Цель и задачи общей физической подготовки.
12. Цель и задачи специальной физической подготовки.
13. Взаимосвязь специальной и общефизической подготовки.
14. Педагогический контроль за общей и специальной физической подготовкой.
15. Техническая подготовка гимнастов.
16. Цель и задачи технической подготовки в гимнастике.
17. Базовая подготовка, упражнения «Школа».
18. Специально техническая подготовка.
19. Взаимосвязь технической подготовки и физической.
20. Психологическая подготовка в гимнастике.
21. Цели и задачи психологической подготовки в гимнастике.
22. Развитие волевых качеств.
23. Психологическая подготовка в различные периоды соревновательной деятельности.
24. Система многолетней подготовки в видах гимнастики.
25. Начальная спортивная тренировка.
26. Начальная специализированная тренировка.
27. Углубленная специализированная тренировка.
28. Достижение высокого спортивного мастерства.
29. Годичный период подготовки в гимнастике.
30. Подготовительный период.

31. Соревновательный период.
32. Переходный период.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по

заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует

рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на

титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность;

используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное

участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
Тема 1.1. Общая характеристика физической культуры как социальной системы	Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина. Тенденции формирования теории и методики физической культуры. Структура теории и методики физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение. Предмет, задачи и содержание учебного курса «Теория и методика физической культуры и спорта», его роль и место в системе высшего профессионального образования. Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры. Основные понятия теории и методики физической культуры: «физическая культура», «физкультурное движение», «физическое воспитание», «физическое образование», «физическое развитие», «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий «культура - физическая культура -адаптивная физическая культура». Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Характеристики отдельных основ системы

	физической культуры (научно-прикладных, программно-нормативных, организационных, социально-экономических, информационных, медико-биологических, правовых и др.). Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующийся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения.
Тема 1.2. Средства и методы формирования физической культуры личности	Классификация физических упражнений и ее значение. Примеры наиболее распространенных классификаций в теории и практике физкультурно-спортивной деятельности. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов. Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе. Характеристика понятий: «метод», «методический прием», «методика», «методическое направление», «методический подход». Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий.

	Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения.
Тема 1.3. Методические принципы занятий физическими упражнениями.	Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий. Общие принципы формирования физической культуры человека: единство мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов в формировании физической культуры личности, культуросообразности воспитания, природосообразности, гуманистической направленности, доступности физкультурных занятий для всех категорий и групп населения, непрерывности и преемственности процесса формирования физической культуры человека в процессе индивидуального развития, деятельностного подхода, вариативности содержания и многообразия форм физкультурной деятельности, оптимизации педагогических воздействий при формировании физической культуры человека, дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры и спорта. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности, их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований. Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений Основные факторы, обуславливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы,

	степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.). Понятие «обучение», его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями.
Тема 1.4. Обучение двигательным действиям	Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие (перенос) двигательных навыков, его вилы и разновидности. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблемы создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Этап закрепления и совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе закрепления и совершенствования двигательных действий.
РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ	
Тема 2.1. Общая характеристика физических способностей. Силовые способности и методика их развития.	Общая характеристика физических способностей как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических качеств.

	Развитие силовых способностей. Понятие о силовых способностях. Формы проявления силовых способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей. Общие задачи по развитию силовых способностей и особенности их конкретизации в зависимости от возраста, пола, ведущего направления физического воспитания в различные периоды жизни и от других обстоятельств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития собственно силовых способностей. Средства развития силовых способностей: типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития силы; обобщенная характеристика их состава на различных этапах занятий физическими упражнениями. Дополнительные средства воздействия на развитие силы (общее представление об электростимуляционных, диетологических и других факторах).
Тема 2.2. Развитие физических способностей (скоростные способности, выносливость).	Методы развития силовых способностей. Правила нормирования нагрузки и отдыха при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий. Развитие скоростных способностей. Понятие о скоростных способностях. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей. Задачи, типичные средства, отличительные черты методики развития быстроты простой и сложной двигательных реакций. Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Задачи, средства и методы развития быстроты движений. Причины стабилизации скорости движений, пути его предупреждения и преодоления. Развитие скоростно-силовых способностей. Отличительные черты скоростно-силовых способностей. Формы их проявления. Оценка скоростно-силовых способностей в физкультурной практике. Типичные особенности скоростно-силовых упражнений («взрывные усилия» в динамическом и статическом режимах работы мышц, движения «ударного» характера и др.) Основные требования к упражнениям и условиям их выполнения. Развитие выносливости. Обобщенное понятие о выносливости как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность человека противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности. Главные факторы выносливости, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Перенос выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Абсолютные и относительные показатели выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.

	Задачи и состав средств развития выносливости. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития выносливости.
Тема 2.3. Развитие физических способностей (гибкость, координационные способности).	Развитие координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием «ловкость». Формы проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей. Общие задачи по развитию координационных способностей и их особенности в зависимости от возраста, пола и других условий. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития координационных способностей. Типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития координационных способностей; обобщенная характеристика их состава. Развитие гибкости. Обобщенное понятие о гибкости как особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости. Задачи и средства развития гибкости. Типичные черты упражнений на растягивание, краткая характеристика их состава. Другие средства, используемые для направленного воздействия на развитие гибкости.
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ПЛАНИРОВАНИЯ, УЧЕТА И КОНТРОЛЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	
Тема 3.1. Основы планирования в процессе занятий физическими упражнениями.	Планирование. Понятие планирования в физической культуре. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.). Технология планирования - основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии

	регламентирующих документов планирования. Типовые и модифицированные формы перспективных планов.
Тема 3.2. Основы контроля и учета в процессе занятий физическими упражнениями.	График годового (крупно-циклового) плана. Поэтапное планирование. Оперативное планирование. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля. Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий. Этапный контроль. Текущий и оперативный контроль. Самоконтроль. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Педагогический контроль, его значение и содержание. Педагогическое наблюдение и анализ урока; хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной); пульсометрия и анализ нагрузки в уроке. Анализ учебной документации беседы с педагогом и учащимися. Контрольные испытания.
РАЗДЕЛ 4. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	
Тема 4.1. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста.	Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, средства, особенности методики и формы занятий физическими упражнениями в дошкольных учреждениях и в семье. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Социально-педагогическое значение физической культуры в системе воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности. Цель, задачи и направленность физической культуры в школе. Характеристика структуры и особенностей содержания действующих программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего и высшего образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности.
Тема 4.2. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.	Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные задачи ППФП, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов.

	Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФП. Формы физкультурных занятий и оптимальное построение их системы. Урочные и внеурочные формы занятий. Методические особенности при проведении различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.).
РАЗДЕЛ 5. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПЕРИОДЫ ЮНОШЕСТВА И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА ЧЕЛОВЕКА	
Тема 5.1. Характеристика физической культуры в средних специальных и высших учебных заведениях. Особенности содержания и методики занятий.	Роль спорта в решении задач физкультурного воспитания в системе профессионального образования. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного воспитания в режиме учебного года и в период производственной практики. Возрастные границы молодежного, зрелого, пожилого и старшего возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в этот период. Характеристика возрастно-инволюционных изменений отдельных функций и систем организма в период старения человека. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры взрослого населения в различные периоды их жизни. Значение и задачи физической культуры взрослого населения в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Особенности использования основных форм физической культуры. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза, физкультурные минутки). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура, базовый спорт). Профессионально-прикладная физическая культура. Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательного развития, относительной стабилизации развития и в период замедления развития организма. Системная организация занятий физической культурой, как фактор повышения производительности труда и работоспособности. Цель и задачи направленного использования физической культуры в период основной трудовой деятельности. Динамика работоспособности в режиме трудового дня и ее оптимизация средствами физической культуры.

Тема 5.2. Физическая культура в жизни людей молодежного, зрелого, пожилого и старшего возраста.	Характеристика основных форм занятий в системе научной организации труда в режиме трудового дня: - производственная гимнастика, задачи и содержание, характеристика основных форм организации; - процедуры релаксации, задачи и содержание, характеристика основных форм организации; - процедуры аутотренинга, задачи и содержание, характеристика основных форм организации; - процедуры гигиенического и восстановительного массажа (локальная проработка отдельных мышечных групп, «точечный массаж»). Характеристика основных форм занятий в системе научной организации труда вне рамок трудового дня: - «День здоровья», задачи и содержание, характеристика методических особенностей организации и проведения; - «День выходного дня», задачи и содержание, характеристика методических особенностей организации и проведения; - Спортивные соревнования по массовым видам спорта, задачи и содержание, характеристика методических особенностей организации и проведения. Социальное значение развития физической культуры и спорта в быту трудящихся. Физическая культура и спорт по месту жительства, как основное направление внедрения занятий физическими упражнениями в быт трудящихся. Характеристика основных форм занятий физической культурой по месту жительства, цель и задачи, содержательное наполнение: - организация спортивных секций и проведение соревнований в рамках массовых Всероссийских спортивных мероприятий (типа «Золотая шайба», «Кожаный мяч», «Белая ладья» и др.); - организация физкультурно-спортивных праздников, конкурсов викторин (типа «Мама, папа, я – спортивная семья!»; «Выходи во двор – поиграем!», «Вместе, дружно, всей семьей!»; - организация физкультурно-оздоровительных секций и кружков (типа «Группа ОФП»; «Группа здоровья»; «Клуб любителей бега» и др.). Комплекс ГТО как основа развития физической культуры в стране, его цель и задачи, структурная организация.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях

на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить

основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество

вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Вопросы для самоподготовки

1. Физическое воспитание. Обучение движениям. Степень освоенности движений. Физические качества как функциональные качества.
2. Основное понятие - физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Целенаправленная физическая подготовка.
3. Основные понятия физического развития. Показатели телосложения. Критерии здоровья. Показатели развития физических качеств. Физическое развитие и законы наследственности.
4. Назвать показания и противопоказания к занятиям физической культурой по наиболее часто встречаемым заболеваниям у школьников.
5. По каким признакам оценивается физическое здоровье населения.
6. В чем состоит информационное взаимодействие государственных органов исполнительной власти в сфере здравоохранения, образования, физической культуры и спорта.
7. Анализ концепции развития физической культуры и спорта в РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».

РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Вопросы для самоподготовки

1. Средства и методы воспитания силовых способностей.
2. Средства и методы воспитания скоростных способностей.
3. Общая выносливость и методика ее воспитания.
4. Специальная выносливость и методика ее воспитания (на примере своей специализации).
5. Средства и методы воспитания гибкости.
6. Средства и методы воспитания координационных способностей.
7. Формы занятий физическими упражнениями.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ПЛАНИРОВАНИЯ, УЧЕТА И КОНТРОЛЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

Вопросы для самоподготовки

1. Педагогический контроль, его значение и содержание.
2. Педагогическое наблюдение и анализ урока;
3. Хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной);
4. Пульсометрия и анализ нагрузки в уроке.
5. Анализ учебной документации беседы с педагогом и учащимися.

РАЗДЕЛ 4. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Вопросы для самоподготовки

1. Физическое воспитание детей до 3 лет.
2. Физическое воспитание детей от 3 до 6 лет.
3. Инновационные направления в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.
4. Методические особенности воспитания физических качеств и формирования двигательных действий у детей 3—6 лет.
5. Организация и основы методики физического воспитания в детских дошкольных учреждениях.
6. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в семье.
7. Формирование знаний у учащихся начальных классов на уроках физической культуры.
8. Воспитание личной физической культуры у младших школьников.
9. Воспитание быстроты движений у школьников младших классов с применением подвижных игр.

РАЗДЕЛ 5. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПЕРИОДЫ ЮНОШЕСТВА И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА ЧЕЛОВЕКА

Вопросы для самоподготовки

1. Понятие «о медицинских группах», правила их определения и особенности формирования.
2. Характеристика программ по физической культуре для учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, особенности планирования их содержания и контроля качества освоения.
3. Характеристика методических основ планирования уроков физической культуры с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к медицинской группе, особенности организации их учебной деятельности.
4. Характеристика основных форм занятий в системе научной организации труда в режиме трудового дня.
5. Характеристика основных форм занятий в системе научной организации труда вне рамок трудового дня.
6. Социальное значение развития физической культуры и спорта в быту трудящихся.
7. Физическая культура и спорт по месту жительства, как основное направление внедрения занятий физическими упражнениями в быт трудящихся.
8. Организация физкультурно-оздоровительных секций и кружков (типа «Группа ОФП»; «Группа здоровья»; «Клуб любителей бега» и др.).
9. Комплекс ГТО как основа развития физической культуры в стране, его цель и задачи, структурная организация.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Основы планирования и анализа эксперимента в педагогике и психологии»* предполагает изучение материалов дисциплины на

аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или

печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*

из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**

19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена и введена в действие решением кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни на основании Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки *44.03.01 Педагогическое образование* (уровень бакалавриата) утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121.	Протокол заседания кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни № 7 от «06» марта 2023 года	01.09.2023
2.	Методические материалы актуализированы	Протокол заседания кафедры №11 от «20» февраля 2024 года	01.09.2024

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКИ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ, ВОЗНИКНОВЕНИЕ, РАЗВИТИЕ И СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ	
Тема 1.	Основные понятия. Классификация видов легкой атлетики, происхождение и развитие видов. История развития легкой атлетики в России. Связь легкой атлетики с другими видами спорта. Рост достижений легкоатлетов России и закономерности улучшения спортивных результатов. Современное состояние легкой атлетики в мире. Легкая атлетика в системе школьного физического воспитания, средних и высших учебных заведениях. Представительство видов легкой атлетики в Единой Российской спортивной классификации. Содержание и задачи курса легкой атлетики и основные требования, предъявляемые к студентам.
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ	
Тема 1.	Основные характеристики: легкоатлетическая техника, фазы, моменты, основное звено. Качественные и количественные показатели техники: эффективность, экономичность, простота, приспособляемость, спортивный результат, пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические, динамические характеристики. Взаимосвязь техники, спортивного результата и уровня физических качеств. Анализ техники движений спортсмена и определение ошибок в технике. Педагогический и биомеханический контроль за техникой движений. Правила подбора средств для исправления ошибок в технике. Основы техники спортивной ходьбы и бега. Основы техники ходьбы и бега: структура движений в ходьбе и беге

	(цикличность, периоды, фазы, моменты, позы). Механизм отталкивания в ходьбе и беге, возникновение стартовой силы. Скорость передвижения, взаимосвязь длины и частоты шагов. Сходства и различия движений в ходьбе и беге. Особенности ходьбы и бега на различные дистанции и по различному покрытию. Основы техники легкоатлетических прыжков и метаний. Виды прыжков и их эволюция. Фазы прыжков. Главная задача прыжков и частные задачи фаз, их сходства и отличия в разных видах прыжков. Биомеханические характеристики техники прыжков (сложение скоростей, углы отталкивания и вылета, начальная скорость, траектория движений ОЦТ). Детали техники движений в различных прыжках и их подчиненность главной и частным задачам. Перемещение предметов в пространстве и эволюция техники метаний. Факторы, определяющие дальность полета снаряда (начальная скорость вылета, угол вылета, аэродинамические свойства, высота выпуска снаряда). Создание и эффективность системы: метатель-снаряд. Кинематические формы движений в различных видах метаний. Сходство и различия в технике различных видов метаний.
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ	
Тема 1.	Методы обучения. Наглядные пособия. Место и время объяснения и показа в процессе обучения. Особенности использования показа и объяснения на занятиях с детьми разного возраста. Роль физической подготовленности в освоении техники легкоатлетических упражнений. Подводящие и специальные упражнения при обучении. Автоматизация движений в ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Современные представления о создании двигательного навыка. Положительный и отрицательный перенос навыков в обучении. Определение ошибок и их устранение. Типовая схема обучения технике легкоатлетических упражнений: этапы, задачи, средства и методы их решения. Последовательность концентрации внимания занимающихся на основных упражнениях (исходные положения, позы, направление, амплитуда движений, быстрота, сила, согласованность и ритм движений). Специфика реализации дидактических принципов в легкой атлетике. Последовательность изучения легкоатлетических видов. Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений. Сходство и различия в постановке задач и подборе средств при изучении техники различных видов легкой атлетики. Роль преподавателя при обучении. Меры предупреждения травм при обучении.
РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	

Тема 1.	Формы организации занятий легкой атлетикой в школе. Типовая структура и разновидности урока и тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (места, климатических условий, наличия инвентаря и оборудования). Особенности организации занятий легкой атлетикой в условиях сельской местности. Дозировка упражнений при различной направленности урока. Разновидности учета и оценки уровня подготовленности учащихся. Меры предупреждения травматизма на уроках легкой атлетики. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола. Тренировка как многосторонний процесс подготовки легкоатлетов. Цели и задачи тренировки. Физическая, техническая, тактическая, психологическая, теоретическая и интегральная части подготовки, их разновидности и содержание. Основные принципы - всесторонность, сознательность, наглядность, постепенность, повторность, индивидуализация. Средства, методы и динамика развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и их применение в соответствии с возрастом, полом и уровнем физического развития занимающихся легкой атлетикой. Особенности изменения тренированности в процессе круглогодичной тренировки. Дозирование нагрузки. Динамика объема, интенсивности, психической напряженности и координационной сложности нагрузки в тренировочном процессе и их взаимосвязь.
РАЗДЕЛ 5. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ	
	Классификация соревнований. Календарь и положение о соревновании. Документация соревнований (заявки, протоколы, карточки участников, отчет о соревновании). Организация и проведение соревнований в школе, летних лагерях. Обязанности главной судейской коллегии (главного судьи, главного секретаря, их помощников и заместителей). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада, бригада для проведения прыжков и метаний, информационная служба, вспомогательные бригады - бригада по стилю, метеорологическая бригада и т.п.). Общие и частные правила соревнований в спортивной ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Особенности правил соревнований в многоборьях.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме,

и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он

обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при

котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ, ВОЗНИКНОВЕНИЕ, РАЗВИТИЕ И СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Вопросы для самоподготовки

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
2. История развития легкой атлетики в регионе, области, городе.
3. Анализ техники легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).
4. Сравнительный анализ техники российских легкоатлетов и ведущих зарубежных легкоатлетов по киноограммам (отдельно по каждому виду у мужчин и женщин).

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ

Вопросы для самоподготовки

1. Тренировка юных легкоатлетов в беге на короткие дистанции.
2. Тренировка в юных спортсменов в беге на средние дистанции.
3. Принципиальные подходы к тренировке в легкой атлетике.
4. Поэтапные задачи в тренировке по легкой атлетике.
5. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
6. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.
7. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
8. Методика обучения технике эстафетного бега.
9. Методика обучения технике прыжков с места (длина, тройной). Правила соревнований по прыжкам с места.
10. Методика обучения технике барьерного бега (на примере 110м с/б или 100м с/б) и правила соревнований в барьерном беге.
11. Методика обучения технике метания диска с поворота и правила соревнований по метанию диска.
12. Методика обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и правила соревнований по прыжкам в высоту.

13. Методика обучения технике толкания ядра со скачка и правила соревнований в толкании ядра.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДОВ

Вопросы для самоподготовки

1. Основные правила при обучении техники легкоатлетических метаний.
2. Последовательность изучения легкоатлетических видов.
3. Методические приемы обучения в легкой атлетике.
4. Применение принципов обучения в легкой атлетике.
5. Составить план обучения технике одного из прыжков (задачи, средства).
6. Составить план обучения технике одного из метаний (задачи, средства).

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1. Тренировка юных легкоатлетов в беге на короткие дистанции.
2. Тренировка в юных спортсменов в беге на средние дистанции.
3. Правила соревнований по бегу.
4. Методика обучения барьерному бегу.
5. Текущий педагогический контроль в тренировке легкоатлетов.
6. Поэтапный педагогический контроль в тренировке легкоатлетов.
7. Многолетний контроль в тренировке легкоатлетов.
8. Принципиальные подходы к тренировке в легкой атлетике.
9. Поэтапные задачи в тренировке по легкой атлетике.
10. Уроки легкой атлетики в школе - типы и содержание.
11. Методика приема контрольных нормативов по легкой атлетике.
12. Методика научных наблюдений на тренировках и соревнованиях.
13. Возможные варианты экспериментов в процессе занятий легкой атлетикой.
14. Методика обучения толканию ядра - задачи, средства, приемы.
15. Тренировка в толкании ядра - периодизация, методы и средства..

РАЗДЕЛ 5. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Судейство соревнований по толканию ядра.
2. Методы контроля за развитием спортивной формы.
3. Работа главной судейской коллегии.
4. Работа секретариата на соревнованиях по легкой атлетике.
5. Судейство соревнований по метаниям.
6. Анализ и обучение технике бега на короткие дистанции.
7. Анализ и обучение технике бега на средние дистанции.
8. Анализ и обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание.
9. Анализ и обучение технике спортивной ходьбы.
10. Анализ и обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги».
11. Анализ и обучение технике техники метания мяча.
12. Места соревнований и оборудование секторов по бегу, прыжкам и метаниям.
13. Правила соревнований по бегу и спортивной ходьбе, работа судейской бригады.
14. Правила соревнований по метаниям и прыжкам, работа судейской бригады.
15. Положение о соревновании, работа главной судейской коллегии.
16. Этапы и методы обучения технике легкоатлетических упражнений.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней

странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая

подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок

16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА	
Тема 1.1. Характеристика и содержание дисциплины «Лыжи». Основные тенденции современного лыжного спорта.	Лыжи в системе физического воспитания. История развития лыжного спорта. Развитие лыжного спорта в нашей стране. Виды лыжного спорта: характеристика, классификация, терминология.
Тема 1.2. Основы техники передвижения на лыжах с методикой обучения.	Сведения о развитии техники. Техника лыжного спорта, ее определение и понятия. Основные требования, предъявляемые к технике. Пространственные, временные, пространственно-временные, ритмические и динамические характеристики передвижения на лыжах. Общая схема движений в попеременных и одновременных ходах.
Тема 1.3. Формы организации работы и занятий по лыжному спорту и лыжной подготовке.	Учебная работа по лыжной подготовке в школе. Внеклассная и внешкольная работа по лыжному спорту. Урок как основная форма проведения занятий. Требования, предъявляемые к уроку лыжной подготовки. Типы уроков. Структура урока. Подготовка учителя к уроку: подготовка материальной базы, организационная работа с родителями и учащимися, составление документации, индивидуальная подготовка учителя. Выбор и подготовка мест занятий: учебные площадки, учебные и тренировочные лыжни и склоны. Организация учащихся на уроках лыжной подготовки.
Тема 1.4. Обучение основам техники лыжных ходов	Скользящий шаг, его периоды и фазы. Анализ техники попеременного двухшажного хода. Согласованность движений в цикле хода, работа рук и ног. Основы

	горнолыжной техники. Силы, действующие на лыжника при движении по склону. Факторы, влияющие на устойчивость лыжника при спуске. Способы спусков: в основной, высокой и низкой стойках (с узким и широким ведением лыж), наискось, в стойке отдыха. Способы подъемов: ступающим шагом, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Способы торможения лыжами: плугом, упором. Поворот в движении переступанием. Анализ техники одновременных ходов. Одновременный толчок палками. Работа ног в цикле одновременных ходов. Согласованность движений. Одновременные ходы: бесшажный, одношажный, двухшажный. Варианты техники одновременных ходов. Сравнительная характеристика попеременных и одновременных ходов. Способы перехода с хода на ход. Выбор способов передвижения на лыжах в зависимости от условий скольжения, рельефа местности, характера опоры, обстановки соревновании, индивидуальных особенностей. Анализ техники поворотов в движении: рулением (упором, плугом), махом (из упора и на параллельных лыжах). Коньковые хода. Двигательные навыки и их характерные черты. Взаимодействие навыков и последовательность обучения отдельным способам передвижения на лыжах: поворотам на месте, ходам, подъемам, спускам, торможениям, поворотам в движении. Задачи, принципы и методы обучения.
РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ЛЫЖАХ	
Тема 2.1. Методика обучения в лыжах.	Основы методики тренировки. Методика обучения лыжным ходам. Дидактические принципы обучения в лыжном спорте. Особенности самоконтроля в зимних условиях, особенности самоконтроля в горном походе; значение систематического медицинского осмотра, предупреждение потёртостей, тепловых и солнечных ударов, обморожений.
Тема 2.2. Методика воспитания специальных физических качеств лыжника	Развитие у лыжников общей и специальной силы. Развитие у лыжников общей и специальной выносливости. Развитие у лыжников общей и специальной быстроты. Развитие у лыжников общей и специальной гибкости и ловкости. Скользящий шаг. Техника попеременного двушажного классического хода. Попеременный четырехшажный классический ход. Одновременный бесшажный классический ход. Одновременный двухшажный ход. Одновременный одношажный ход. Основы горнолыжной техники. Основы техники передвижения коньковыми ходами. Подъем ступающим шагом. Подъем «полуелочкой». Подъем «елочкой». Подъем «лесенкой». Основная стойка. Высокая стойка применяется при прохождении спусков. спуск наискось. Низкая стойка применяется при прохождении спусков. спуск наискось. Стойка отдыха. Торможение «плугом». Торможение упором. Торможение боковым соскальзыванием. Торможение падением. Поворот переступанием. Поворот упором. Поворот «плугом». Поворот из упора. Поворот на параллельных лыжах.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ	
Тема 3.1. Организация и проведение соревнований по лыжному спорту	Значение соревнований при занятиях лыжной подготовкой и лыжным спортом. Классификация соревнований в зависимости от масштаба, цели, форм организации, условий зачета, возрастных особенностей и подготовленности учеников. Планирование соревнований. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению.
Тема 3.2. Основы проведения урока по лыжам	Проведение урока по лыжной подготовке для учащихся 9-11 классов. Особенности организации и проведения соревнований по лыжным гонкам в школе. Пропаганда соревнований. Роль общественного актива и организации и проведении соревнований.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность людей (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод

отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА

Вопросы для самоподготовки

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
2. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
3. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
4. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
5. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.
6. Методика обучения технике передвижения на лыжах.
7. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Классическим и коньковым ходам,
8. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Переходам с одного хода на другой,
9. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Способам подъемов.
10. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Спусков.
11. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Торможений.
12. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Поворотов.
13. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Преодоления неровностей.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ЛЫЖАХ

Вопросы для самоподготовки

1. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.

2. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.

1. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.

2. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.

3. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.

4. Методика обучения технике передвижения на лыжах.

5. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Классическим и коньковым ходам,

6. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Переходам с одного хода на другой,

7. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Способам подъемов.

8. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Спусков.

9. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Торможений.

10. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Поворотов.

Методика обучения технике передвижения на лыжах. Преодоления неровностей.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Вопросы для самоподготовки

1. Значение соревнований при занятиях лыжной подготовкой и лыжным спортом.
2. Классификация соревнований в зависимости от масштаба, цели, форм организации, условий зачета, возрастных особенностей и подготовленности учеников.
3. Планирование соревнований.
4. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению.

5. Проведение урока по лыжной подготовке для учащихся 9-11 классов.
6. Особенности организации и проведения соревнований по лыжным гонкам в школе.
7. Пропаганда соревнований.
8. Роль общественного актива и организации и проведении соревнований.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются

выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом

обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:
- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при

изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Теория и методика физического воспитания дошкольников

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных исполь-

зуемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее напи-

санием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Формирование здорового образа жизни дошкольников средствами физической культуры.

Цели занятия: сформировать понятие о здоровом образе жизни дошкольников средствами физической культуры

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Уровень состояния здоровья (физического и психоэмоционального) детей как дошкольного возраста ежегодно падает. Это зависит от множества причин, в том числе и от увеличения умственной нагрузки, уменьшения возможности для двигательного и эмоционального отдыха, низкого уровня знания ЗОЖ.

Реалии современного мира (техногенные катастрофы, экологические катаклизмы, некачественная вода, химические добавки в продуктах питания, электронно-лучевое облучение при злоупотреблении компьютерными играми и телевизором, постоянно звучащая рок-музыка, социальная напряженность в обществе, дискомфортные условия для проживания во многих регионах, быстрое истощение резервных возможностей организма зимой, резкие перепады атмосферного давления, температуры и т.д.) подтверждают актуальность валеологической темы в дошкольном образовании. Отношение детей к своему здоровью – фундамент, на котором может быть выстроено здание потребности в ЗОЖ. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Необходимо, чтобы дети поняли: сложное, но в высшей степени хрупкое создание природы, и свое здоровье, и свою жизнь надо уметь защищать с самого раннего возраста.

Именно поэтому в детском саду и дома следует воспитывать у ребенка:

- привычку к чистоте, аккуратности, опрятности, порядку;
- основы культурно-гигиенических навыков;
- элементов самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности;
- понимание того, как влияют физические упражнения на организм человека, его самочувствие;
- умение правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, а иногда предотвращать их.

Все эти задачи ставят современными программами для дошкольных образовательных учреждений, по которым работают детские сады в нашей стране. Анализ их позволяет выделить главные задачи, встающие перед педагогом при воспитании у дошкольников привычки к ЗОЖ. Дети должны научиться:

- определять свое состояние и ощущения;
- понимать необходимость и роль движений в физическом развитии;
- выполнять гигиенические требования к телу, одежде;
- использовать знания о том, что полезно и что вредно для организма.

Важно отметить, что полноценная готовность ребенка к школьному обучению невозможна без приобретения им навыков ЗОЖ. Помимо общепринятых рекомендаций по выполнению режима дня, достаточной двигательной активности, ЗОЖ предполагает воспитание у детей активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья, которая обуславливает сам стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, понимание того, как эту жизнь и здоровье сохранить в окружающей среде, полной незаметных опасностей.

Система физкультурно-оздоровительной работы.

Создание благоприятных условий в помещении для игр и занятий:

- соблюдение правил санитарии и гигиены;
- организация сквозного проветривания (3-5 раз в день в отсутствие детей);
- поддержание температуры воздуха в группе 20 -22 С.

Физические упражнения: утренняя гимнастика; физкультура; подвижные игры; гимнастика после сна; спортивные игры.

Выполнение режима дня.

Организация рационального питания.

Закаливающие процедуры:

- прогулки на свежем воздухе;
- водные процедуры (умывание, мытье рук, игры с водой);
- босохождение;
- воздушные ванны.

Активный отдых: праздники и развлечения; дни здоровья; малая олимпиада; игры – забавы.

Организация развивающей среды:

- физкультурный уголок;
- дидактические, настольные игры, альбомы;
- таблицы, модели на валеологическую тему.

Работа с родителями: родительские собрания; беседы, консультации; анкетирование; письменные консультации («Уголок здоровья»)

Нетрадиционные формы оздоровления:

- точечный массаж;
- дыхательная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика.

Занятия по валеологии и ОБЖ

Чтение художественной литературы.

Дошкольный возраст – наилучшее время для закрепления на всю жизнь привычки к чистоте. Дети могут успешно усвоить все основные гигиенические навыки, понять их важность и привыкнуть систематически выполнять их правильно и быстро. Для их выработки дети учатся закатывать рукава, хорошо намыливать руки мылом, тщательно ополаскивать их, мыть лицо, досуха вытирать личным полотенцем, пользоваться носовым платком.

Повторность режимных моментов, постоянство требований обеспечивает прочность знаний и навыков самообслуживания, помогает при воспитании самостоятельности. Большую помощь также оказывает художественная литература: рассказы Л. Воронковой «Маша – растеряша», стихи К. Чуковского «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», З. Александровой «Что взяла, клади на место», «Топотушки», Ю.Тувима «Письмо ко всем детям по одному очень важному делу», И. Муравейка «Я сама», а также народные песенки, потешки: «Водичка, водичка, умой личико», «Травка-муравка», «Ночь пришла, темноту привела». Некоторые стихи и потешки дети заучивают на память.

В закреплении навыков умывания, воспитания опрятности и аккуратности большую роль играют познавательные занятия, дидактические игры. Но главное внимание уделяется повседневному закреплению у малышей культурно-гигиенических навыков и самостоятельности. При этом используются такие разнообразные приемы, как показ, объяснение, непосредственная помощь, поощрение. Терпеливо, многократно детям показывается, как удобно есть, сидеть за столом, вытирать рот после еды. Применяется также метод поручений («Принеси», «Убери на место»), который способствует закреплению понятия о том, что игрушки после игры и чайную чашку со стола надо убирать на место.

Наиболее эффективным в воспитании здорового ребенка являются физические упражнения и физкультурные занятия. Для растущего организма особую ценность они приобретают,

если проводятся на воздухе, поскольку усиливают обмен веществ и поступление в организм большого количества кислорода. Игры и занятия на воздухе во все времена года способствуют закаливанию организма ребенка, повышению его работоспособности и снижению заболеваемости.

Для формирования привычке к ЗОЖ важно, чтобы ребенок понял необходимость физических упражнений, к которым относится, кроме прочего, утренняя гимнастика. Один – два раза в неделю гимнастика проводится под музыку, но прежде выполняются дыхательные упражнения. Этот вид закаливания укрепляет весь дыхательный тракт. Суть его заключается в выполнении комплекса игровых упражнений с носом. Может делаться как с младшими детьми, так и со старшими, 2-3 раза в день.

Хорошо известно, что умственная работа без регулярных и целесообразных физических нагрузок приводит к снижению работоспособности, переутомлению. Поэтому в процесс занятий и между ними проводятся физкультминутки, способствующие активному отдыху и повышению тонуса. Упражнения для них обновляются не реже 1-2 раза в месяц. Запоминаются первые реакции детей на физкультминутки. Это улыбки и радость от того, что во время серьезного занятия вдруг начинается какая-то словесная игра с движениями. Дети прослушали беседу о том, что физкультминутки помогут им вырасти сильными, что взрослые люди на заводах, фабриках, ученики в школах – все проводят физкультминутки для того, чтобы немного отдохнуть и с новыми силами приступить к работе. В работу также включается массаж рук, поскольку интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует к ним прилив крови. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. Пальчиковый массаж тоже используется на занятиях, как и физкультминутки.

Педагог также знакомит детей с тем, как устроено тело человека. В доступной форме, привлекая иллюстративный материал, он рассказывает о его основных системах и органах, обращая внимание на необходимость прислушиваться к своему самочувствию.

В итоге можно сделать вывод, что данная деятельность приносит определенные результаты: дети знают пользу физических упражнений, свежего воздуха, воды, массажа для своего здоровья.

Тема лекционного занятия: Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие ребёнка.

Цели занятия: познакомить студентов с задачами физического воспитания в детском дошкольном учреждении.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В современном обществе вопрос о физическом воспитании дошкольников в образовательных учреждениях. На сегодняшний день многие дети занимаются спортом или просто общеукрепляющими упражнениями, многие ДОУ заботяться о здоровье детей, следят за правильным питанием и т.д. Но статистика говорит о том, что дети подвержены многим факторам и всего лишь 4% абсолютно здоровых детей поступает в школу.

Многие ошибочно полагают, что к физическому воспитанию относятся только развитие физических качеств ребёнка. Это далеко не так. К физическому воспитанию ребёнка, в первую очередь, относится сохранение и укрепление здоровья детей. Ребёнок ещё очень мал и не может без помощи взрослого беречь и укреплять своё здоровье. Поэтому именно взрослые, а именно,

преподаватели ДОУ должны создать для своего ребёнка необходимую благоприятную среду, которая обеспечит ему полноценное физическое развитие (безопасность жизнедеятельности, правильное питание, режим дня, организация двигательной активности и т.д.).

Задачи физического воспитания дошкольников условно можно разделить на три группы: оздоровительные, образовательные и воспитательные.

Оздоровительные задачи физического воспитания дошкольников

· Охрана и укрепление здоровья ребёнка;

· Закаливание организма ребёнка;

· Развитие двигательных навыков ребёнка в достаточном количестве.

Образовательные задачи физического воспитания дошкольников

· Знакомить ребёнка со сведениями о человеческом организме;

· Формировать у ребёнка физические навыки (учить ходить, бегать, лазать, прыгать и т.д.);

· Научить ребёнка играть в подвижные игры;

· Научить ребёнка самостоятельно контролировать нагрузку для своего организма.

Воспитательные задачи физического воспитания дошкольников

· Воспитывать культурно-гигиенические навыки;

· Воспитывать физические качества. К ним относятся: развитие ловкости, развитие быстроты, развитие силы, развитие выносливости. развитие гибкости.

Тема лекционного занятия: Развитие произвольных движений ребёнка от рождения до семи лет.

Цели занятия: познакомить студентов с произвольными движениями ребёнка от рождения до семи лет.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В настоящее время внимание педагогов, психологов, физиологов привлечено к дошкольному возрасту, поскольку практический опыт и многочисленные научные исследования свидетельствуют о существовании в данном периоде онтогенеза человека больших, зачастую неиспользуемых психофизиологических резервов развития ребенка.

По биологическим признакам дошкольный возраст Безденежных Г. А. выделяет на следующие периоды:

1. новорожденный — первые 4 недели жизни;
2. грудной (младенческий) — до 1 года;
3. ранний детский — от 1 года до 3 лет;
4. дошкольный — от 3 до 6 (7) лет.

Отражая ступени биологического развития, возрастная периодизация детей облегчает составлению программ, подбору и дозировке упражнений, выбору методики физической и двигательной подготовки и т.д.). Построение системы физического воспитания в этом возрасте, помогает правильному построению

Первые годы жизни ребенка характеризуются быстрыми темпами роста и развития организма. Интенсивно увеличиваются морфологические показатели: рост и масса тела, обхват грудной клетки.

С рождения до трехлетнего возраста заметно возрастают возбудимость и лабильность нервно-мышечного аппарата, но сила мышц еще очень невелика. Все суставы ребенка вследствие слабого развития связочного аппарата и мышц отличаются большой подвижностью.

При организации физического воспитания детей раннего возраста следует помнить о физиологической слабости их костной системы и мышечно-связочного аппарата и строго дозировать физические нагрузки.

В этом возрасте нервные процессы недостаточно сильны и подвижны, однако условно-рефлекторные связи отличаются большой прочностью и очень трудно поддаются переделке. Поэтому в процессе физического воспитания необходимо учить детей правильному выполнению того или иного упражнения, так как возникший навык прочно и надолго закрепляется. Заученные с ошибками простые движения сделают невозможным в будущем правильное формирование более сложных двигательных навыков, а это будет затруднять полное раскрытие двигательной одаренности ребенка.

В раннем возрасте ребенок не может развиваться правильно без достаточной физической активности. Установлено, что у двухлетних детей на активные движения приходится 70% времени бодрствования, а у трехлетних — не менее 60%. Постепенно, по мере развития движения у детей приобретают большую законченность, определенную целесообразность и целенаправленность. Однако в коре головного мозга процессы иррадиации преобладают над процессами концентрации, поэтому движения детей отличаются неточностью, не координированностью. Внимание в этом возрасте неустойчиво, и дети не могут долго сосредоточиваться на чем-то одном и быстро утомляются.

В период от 3 до 6 лет (дошкольный возраст) все размеры тела увеличиваются относительно равномерно. Годичный прирост длины тела составляет 5—6 см, массы тела — около 2 кг. Но к концу этого периода начинается ускорение роста: за год ребенок прибавляет 8—10 см. Такой бурный рост связан с эндокринными сдвигами, происходящими в организме (второй период быстрого роста проявляется у детей в 13—14 лет, когда начинается половое созревание).

У детей дошкольного возраста заметно меняются пропорции тела: руки и ноги становятся значительно длиннее и растут быстрее, чем туловище. Если к 6—7 годам длина туловища увеличивается в 2 раза, то длина рук — более чем в 2,5 раза, а длина ног — более чем в 3 раза.

Рост мышечной ткани происходит в основном за счет утолщения мышечных волокон. У ребенка сначала развиваются мышцы таза и ног, а затем (с 6—7 лет) мышцы рук. К 5 годам увеличивается мышечная сила. Однако из-за быстрой утомляемости мышц и относительной слабости костно-мышечного аппарата дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

К 6—7 годам заканчивается созревание нервных клеток головного мозга. Однако нервная система ребенка еще недостаточно устойчива: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения.

Нервная регуляция деятельности сердца у детей еще несовершенна. Неравномерность частоты и силы сердечных сокращений наблюдается даже в покое. При физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется, поэтому упражнения во время занятий надо разнообразить.

дошкольный возраст характеризуются значительными изменениями не только в физическом, но и в моторном развитии

С возрастом количество движений у детей увеличивается. Дети должны двигаться не менее 50—60% всего периода бодрствования. Интенсивность двигательной активности — среднее количество движений в минуту — составляет примерно 38—41 у детей 2 лет, 43—50 — 2,5 лет, 44—51 — 3 лет. Это значит, что разовая продолжительность движений очень мала — в среднем от нескольких секунд до 1,5 мин. Детям свойственна частая смена движений и поз — до 550—1000 раз в день, благодаря чему происходят поочередное напряжение и отдых различных групп мышц, поэтому дети и не устают. Учитывая эту особенность, следует обеспечить разнообразную двигательную деятельность детей, создавая условия для разных движений.

Бег, прыжки, метания — те двигательные умения, которые ребенок должен освоить до школы. Насколько успешно он это сделает, зависит от ловкости, быстроты, силы и выносливости, т.е. от развития основных двигательных качеств.

Тема лекционного занятия: Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям

Цели занятия: познакомить с принципами, применяемые в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Принципы – это объективные исходные положения какой-либо теории, науки, отражающие наиболее общие положения, закономерности.

Основой принципов ФВ являются объективные закономерности, которыми должен руководствоваться в своей жизни педагог.

Общие принципы ФВ распространяют свое действие на всю практику ФВ, другие же отражают своим содержанием преимущественно методические закономерности (принципы методики ФВ).

1. Принцип содействия всестороннему гармоничному развитию личности (выражает главную направленность системы физического воспитания – необходимость сочетать различные стороны воспитания). Этот принцип включает основные требования:
   - взаимосвязь всех видов воспитания (единство духовного и физического развития человека);
   - разносторонность самого физического воспитания (единство общей и специальной физической и технической подготовки; учет естественных закономерностей развития организма в процессе всестороннего развития физических качеств человека).

2. Принцип связи ФВ с практикой жизни (принцип прикладности) соблюдается в единстве с принципом всестороннего гармоничного развития личности и направлен на обеспечение взаимосвязи ФВ с жизненной практикой). Раскрывается через три основных требования:
   - обеспечить максимальный прикладный эффект ФВ (развивать в первую очередь те качества и способности, которые имеют наибольшее прикладное значение);
   - создавать базу для освоения разнообразных форм жизнедеятельности;
   - использовать возможность для всестороннего воспитания.

3. Принцип оздоровительной направленности ФВ (достижение наибольшего оздоровительного эффекта в процессе занятий):
   - при выборе средств ФВ необходимо исходить из их оздоровительной ценности;
   - планировать и регулировать физические нагрузки с учетом адаптационных перестроек в организме занимающегося;
   - обеспечивать регулярность и единство врачебно-педагогического контроля.

4. Функции физической культуры и ее функциональные связи

Под функцией в общественных науках понимают действие. Поэтому, под функциями ФК понимают ее свойства воздействовать на человека, отношения между людьми, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества через активную деятельность человека.

Различают специфические и неспецифические функции ФК (общекультурные).

Среди специфических функций те, которые свойственны только ФК:
   - в целом - удовлетворение естественных потребностей человека в движениях, в улучшении состояния здоровья;
   - отдельным видам ФК - специфически-образовательная (формирование двигательных умений и навыков); специфически-прикладная (профессионально-прикладная); спортив-

ная (спорт высших достижений); специфически-рекреативная и оздоровительно-реабилитационная.

Общекультурные функции свойственны всей культуре в целом:

1. эстетическая - удовлетворение потребности людей в физическом совершенстве, здоровье, общем гармоничном развитии. Формируются понятия о красоте движений и тела, что связывает ФК с видами искусства (музыка, изобразительное искусство, литература, кино);
2. воспитательная - ФК является фактором нравственного, эстетического, интеллектуального и трудового воспитания;
3. информационная - накопление и распространение ценных сведений в области ФК;
4. нормативная - разрабатываются нормативы физической подготовленности и спортивных достижений;
5. коммуникативная - общение людей, объединенных физкультурной практикой; интернациональное общение;
6. социальная - вовлечение людей в активный образ жизни, объединение людей.

Средства физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста

К числу основных средств физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста относятся физические упражнения. Они формируют двигательные умения и навыки, способствуют развитию двигательного аппарата. В качестве факторов, оптимизирующих воздействия физических упражнений на организм ребенка, широко используются оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода) и гигиенические факторы.

Физические упражнения**.** Применительно к задачам физического воспитания детей раннего дошкольного возраста наиболее широкое применение получили следующие три группы физических упражнений: 1) основная гимнастика; 2) подвижные игры (бессюжетные и сюжетные); 3) упрощенные формы спортивных упражнений.

Основная гимнастика включает в себя: 1) общеразвивающие упражнения для отдельных частей тела с предметами (мячами, кубиками, флажками, гимнастическими палками и др.) и без предметов; 2) различные виды ходьбы, бега, прыжков, метаний, лазание, ползание, равновесие, висы и др.; 3) строевые упражнения (построения и перестроения, повороты, размыкания и смыкания); 4) танцевальные упражнения. Характерной особенностью этих упражнений является их избирательная направленность, т.е. можно подобрать упражнения на определенную мышечную группу, на любое физическое качество, на осанку и др. Упражнения основной гимнастики в наибольшей степени способствуют формированию умений владеть своим телом, согласованно выполнять различные сложные движения.

Подвижные игры занимают среди других средств центральное место. Их педагогическое значение проявляется в том, что в процессе игры происходит не избирательное, как в основной гимнастике, а комплексное развитие физических качеств. Следовательно, осуществляется и комплексное совершенствование всего двигательного аппарата, всех систем организма.

Начиная с пятилетнего возраста в состав средств физического питания дошкольников следует включать упрощенные формы спортивных упражнений. К ним относятся упрощенные способы хождения на лыжах, катание на коньках, плавание, различные игры с мячом (например, перебрасывание мяча через сетку, попадание мячом в корзину) и др. Упрощенные спортивные упражнения направлены на решение оздоровительных и образовали задач, а также на формирование первичного интереса к спортивной деятельности.

Оздоровительные **силы природы.** Систематическое использование солнечных, воздушных и водных процедур в соответствии с возможностями детского возраста совершенствует механизмы терморегуляции, нормализует психические процессы и тем самым повышает работоспособность и физическое состояние детей. Сочетание их с физическими упражнениями позволяет достигнуть большего эффекта в процессе совершенствования физической природы человека.
Гигиенические **факторы**. К ним относятся соблюдение режимов питания, двигательной активности и отдыха, гигиена тела, пассаж и т.п. Гигиенические факторы в значительной степени дополняют оздоровительное воздействие физических упражнений и определяют возможности физического развития. Так, например, физкультурные занятия лучше содействуют физическому развитию при полноценном питании и сне. Чистота помещения, физкультурного оборудования служит профилактикой инфекционных заболеваний.
Для успешного решения задач физического воспитания детей раннего дошкольного возраста необходимо комплексное применение физических упражнений, оздоровительных сил природы и гигиенических факторов.

Тема лекционного занятия: Гимнастика в детском саду. Строевые упражнения. Ходьба. Бег. Метание. Прыжки. Ползание и лазанье. Упражнения в равновесии. Общеразвивающие упражнения.

Цели занятия: познакомить с основами гимнастики в детском саду. Строевые упражнения. Ходьба. Бег. Метание. Прыжки. Ползание и лазанье. Упражнения в равновесии. Общеразвивающие упражнения.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Методика занятий гимнастикой с детьми дошкольного возраста
Гимнастика является одним из ведущих, незаменимых средств физического воспитания. Это обусловлено большим числом всевозможных упражнений, входящих в гимнастику. Гимнастика является обязательной составной частью базового физического воспитания. Государственные программы включают гимнастику с детского сада.
Гимнастика определяется как система специфических упражнений, методических приемов, которые применяются для физического воспитания и образования, восстановления и лечения, а также для приобретения жизненно необходимых навыков.
Специально подобранные гимнастические упражнения оказывают разностороннее воздействие на организм человека, усиливают основные физиологические процессы, способствуют гармоническому развитию. Гимнастические упражнения эффектны, эмоциональны. С их помощью можно решать самые разнообразные задачи физического воспитания, заключающиеся в следующем:
1. Гармоническое развитие форм и функций организма (особенно растущего).
2. Развитие и совершенствование физических способностей, воспитание физических качеств.
3. Оздоровительные воздействия: повышение жизнедеятельности организма, снятие утомления, восстановление работоспособности, укрепление здоровья.
4. Профилактика и лечение заболеваний.
5. Приобретение жизненно важных умений и навыков.
6. Воспитание нравственных и волевых качеств.
7. Эстетическое воспитание.
Специфика гимнастических упражнений проявляется в виде координационных или других двигательных способностей, показанных в условиях строгой регламентации программы движений.

При этом точно указываются исходное и конечное положения, направление и амплитуда движений, а также характер мышечных усилий. Благодаря этому создаются необходимые условия для обучения и закрепления новых двигательных навыков.

Таким образом, гимнастика как средство – это система специально подобранных упражнений, оказывающих разностороннее влияние на организм.

В гимнастике используются самые разнообразные физические упражнения, с помощью которых решаются задачи физического воспитания. С этой целью могут применяться различные движения в соответствии с задачами обучения и психофизиологическими особенностями организма. В гимнастике существует своя специфическая совокупность приемов, обусловленная особенностями упражнений. Эти характерные для гимнастики методические приемы позволяют посредством физических упражнений воздействовать на различные органы, мышечные группы, двигательные способности человека, развивая при этом физические качества. Характеризуя гимнастику как метод, можно отметить следующие особенности:

1. Методический подход, обеспечивающий подбор и выполнение упражнений с разносторонним воздействием на организм. Подбираются упражнения, которые влияют на различные части опорно-двигательного аппарата, на состояние и функции различных систем организма, на уровень работоспособности и жизнедеятельности организма в целом, на
совершенствование физических качеств и на фоне этого возможности приобретения двигательных навыков.

2. Разнообразие упражнений – специфических средств гимнастики, к которым подбираются методы, позволяющие решить любые задачи. Средства гимнастики – разнообразные упражнения – практически не ограниченны. В этом уникальность гимнастики. Упражнения можно использовать с различной степенью интенсивности. Одно и то же упражнение можно разнообразить различными исходными положениями, дополнительными движениями рук и др. В таком случае каждое упражнение будет самостоятельным, так как его выполнение будет решать в каждом случае автономную задачу. Упражнения можно соединить в комплексы. В гимнастике используются упражнения со снарядами и на снарядах.

3. Избирательное воздействие упражнений. Эта особенность заключается в том, что строгая регламентация пространственно-временных, силовых характеристик упражнения позволяет оказывать локальное воздействие на любые части тела и органы. Это осуществляется с помощью подбора специальных гимнастических упражнений и определенной методики их проведения. На эту особенность опираются, если необходимо: укрепить отдельные группы мышц, суставов, для профилактики и восстановления функций организма.

4. Регламентация занятий и точное регулирование нагрузки. Для гимнастической методики характерна строгая регламентация программы движений, строгие ограничения в организации занятий, точное дозирование упражнений, а отсюда и точное регулирование нагрузки.

Большинство педагогических задач лучше всего решаются с помощью традиционных (урочных) форм организации занятий гимнастикой (воспитание двигательных навыков, формирование двигательных умений и навыков, воспитание морально-волевых качеств личности и др.).

Урочным формам занятий присущи соблюдение дисциплины и порядка в зале, согласованность действий всех занимающихся, строгая регламентация учебного процесса и использование самых разнообразных методических приемов обучения. Регулирование нагрузки в таких формах занятий осуществляется путем подбора упражнений, их чередования и последовательности, количества повторений, изменения темпа, применения предметов, в том числе отягощений. Все это позволяет менять содержание занятий, объем и интенсивность упражнений, обеспечивает их доступность различным возрастным контингентам, дает возможность учитывать степень подготовленности.

5. Методический подход, обеспечивающий возможность усложнения и комбинирования упражнений, применение одних и тех же упражнений в разных целях. Типичным для гимнастики является и то, что повышение интенсивности занятий идет путем освоения все более сложных и трудных упражнений.

В гимнастике одинаковые по форме упражнения могут быть использованы в разных целях. При этом задачи акцентируются: освоение, совершенствование двигательного действия, развитие физических способностей и др.

Все эти методические особенности гимнастики говорят о широких возможностях гимнастики как метода физического воспитания – метода строго регламентированного упражнения, первоначально возникшего как «гимнастический метод», позволяющего решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Многообразие средств гимнастики, многоплановость ее задач позволили выделить различные ее виды: общеразвивающую, к которой относят основную гимнастику (базовую), гигиеническую и др.; гимнастику со спортивной направленностью, куда включают художественную, акробатику, гимнастику на снарядах; прикладную гимнастику, куда входят профессионально-прикладная и лечебная.

Основная гимнастика является базовым видом, направленным на укрепление здоровья, повышение уровня общей физической подготовленности, воспитание правильной осанки, укрепление всех мышечных групп, а также органов и систем организма. В содержание основной гимнастики входят строевые и общеразвивающие упражнения, а также основные движения. Все эти упражнения включены в программы для дошкольных образовательных учреждений.

Гигиеническая гимнастика в первую очередь направлена на укрепление здоровья, совершенствование органов и систем организма и воспитание правильной осанки. Она сочетается с закаливающими процедурами, массажем и самомассажем. Проводится с дошкольниками во всех возрастных группах. К ее средствам относят общеразвивающие, хореографические упражнения, ходьбу и бег.

Спортивные виды гимнастики направлены на решение задач повышения общей и специальной физической подготовленности, достижение высокого спортивного мастерства, участия в спортивных соревнованиях. Требуют специального отбора занимающихся. Средствами этих разновидностей гимнастики являются упражнения по сложным классификационным программам. Для детей дошкольного возраста можно использовать только отдельные элементы этих видов гимнастики.

Из прикладных видов гимнастики с дошкольниками используется только лечебная гимнастика, или лечебная физкультура. Ее разновидностями являются корригирующая гимнастика, реабилитационно-восстановительная, функциональная. Все эти разновидности лечебной гимнастики направлены на профилактику и коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата, на восстановление организма после перенесенных травм и заболеваний. Средствами этих разновидностей гимнастики являются общеразвивающие и специальные лечебные упражнения, упражнения на тренажерах и специальных устройствах.

Все рассмотренные виды гимнастики предоставляют возможности их самого широкого применения с целью решения задач физического воспитания. Гимнастика универсальна. Это обусловлено её методическими особенностями, многообразием средств и видов, многообразием методов, которые можно использовать в работе с любыми возрастными контингентами, в т. ч. и с детьми дошкольного возраста.

Гимнастика занимает значительное место в физическом воспитании детей. В неё входят основные движения: ходьба, бег, прыжки, метания, лазание, упражнения в сохранении равновесия; общеразвивающие упражнения: для укрепления мышц рук, ног, туловища; строевые упражнения: построения и перестроения, строевые приемы, передвижения, размыкания и смыкания.

Гимнастика в детском саду решает следующие задачи: а) обучение и формирование навыков жизненно необходимых движений, развитие основных двигательных качеств; б) укрепление здоровья, правильное физическое развитие и закаливание организма детей; в) воспитание навыков поведения в коллективе и формирование волевых черт характера ребенка.

В этом выражается и специфика гимнастики в детском саду. Когда дети не только усваивают необходимые движения, но требуется точное и правильное их выполнение, развивается умение ориентироваться в пространстве, умение выполнять движения согласованно с действиями всего коллектива. При этом обогащается двигательный опыт ребенка. Если ребенок не владеет своими движениями, то он испытывает неуверенность, в своих силах, беспомощен. Это все ограничивает двигательную деятельность ребенка, не давая ему возможности применять то, что доступно. Кроме того, использование формируемых двигательных умений и навыков в повседневной жизни детей, в различных играх опирается на определенный

уровень развития физических качеств. Упражнения гимнастики способствуют развитию быстроты, ловкости, выносливости, силы, конечно, в пределах возрастных и индивидуальных возможностей детей.
В занятиях гимнастическими упражнениями детям прививаются основные гигиенические навыки, формируется привычка систематически заниматься физическими упражнениями. У детей воспитывается правильное поведение в коллективе (дисциплинированность, товарищеская взаимопомощь, умение подчинять личные интересы интересам всего коллектива и др.), воспитываются положительные черты характера (активность, инициативность, решительность, самостоятельность).
Задачи, стоящие перед гимнастикой, решаются одновременно, тем самым в процессе занятий гимнастикой в детском саду достигается разностороннее воздействие на личность ребёнка. Задачи гимнастики определяют её содержание, т. е. берутся упражнения, с помощью которых можно решить задачи гимнастики в детском саду. Гимнастические упражнения должны соответствовать особенностям физического и психического развития детей-дошкольников.
Следует учитывать, что работоспособность мышц у детей-дошкольников невелика. Дети быстро устают, если повторяются одни и те же движения. Это должно учитываться при подборе упражнений и их дозировке. Гимнастические упражнения, приемлемые для детей-дошкольников, подразделяются на динамические и статические. К динамическим упражнениям относятся те, которые связаны с перемещением тела в пространстве. При их выполнении происходит довольно частая смена напряжения и расслабления мышц. Поэтому динамические упражнения наиболее благоприятны для развития двигательного аппарата детей. Статические упражнения связаны с длительными напряжениями мышечных групп в одном положении. При их выполнении затрудняются кровообращение, деятельность дыхательного аппарата, значительно быстрее наступает утомление.
Статические упражнения (стойки на руках, голове, упоры и др.) направлены в основном на развитие большой мышечной силы. Они не соответствуют возможностям детей дошкольного возраста, поэтому на занятиях гимнастикой в детском саду не используются.
Приемлемыми для дошкольников являются упражнения, развивающие ловкость, координацию. Сила в этом возрасте развивается посредством простых упражнений в ползании, лазании, приседаниях, в переноске различных предметов (набивных мячей, гимнастических скамеек), в упражнениях, выполняемых парами, т. к. дошкольники с трудом расчленяют движения на отдельные звенья, воспринимая движение в целом, гимнастика для них должна строиться с участием в движениях крупных мышечных групп (подскоки, прыжки, приседания, наклоны, лазание и т. п). Но не следует избегать и упражнений, требующих от детей определенной дифференциации движений. Следует предлагать упражнения и на отдельные части тела, группы мышц, суставы (ходьба на носках, перекладывание мелких предметов ступнями ног, собирание шнура пальцами ног, повороты, наклоны головы, сжимание и разжимание пальцев рук и т. д.). Для дошкольников полезны упражнения, в которых физическая нагрузка сочетается с частыми кратковременными перерывами, расслаблениями. В 3–7 летнем возрасте дети в основном овладевают теми движениями, которые они используют в своей повседневной жизни, но эти движения ещё несовершенны, неточны, недостаточно координированы. Для дошкольников характерно постепенное количественное и качественное развитие движений ребёнка. Гимнастические упражнения для ребёнка дошкольного возраста формируют элементарные умения и навыки простейших движений. Дети учатся выполнять движения в общих чертах. При этом внимание детей фиксируют на общих моментах движений, учитывая требования к ним, предъявляемые для данного возраста. Например, от детей 3–4 лет требуют, чтобы они держались прямо, не опускали голову, выполняли естественные движения руками. При этом допускается и не совсем точная и ритмичная координация движений, а эти отклонения в младшей группе не следует считать ошибкой. Совсем иные требования к ходьбе 5–6-летних – четкий ритмичный шаг, правильная координация, хорошая осанка.
В гимнастике дошкольников содержится много упражнений, помогающих формировать правильную осанку. Это связано с возрастными особенностями детей, пластичностью костной системы, формированием естественной кривизны позвоночника.
Это многообразие делает гимнастические упражнения доступными и полезными для всех возрастных групп детского сада. Для каждого возраста можно легко подобрать доступные, соответствующие кон-

кретным педагогическим задачам упражнения, которые совершенствуются в различных играх и заданиях.

Гимнастика проводится в детских садах в различных организационных формах:

1. На занятиях физической культурой.
2. В утренней гимнастике.
3. В подвижных играх,
4. В самостоятельной двигательной деятельности детей.
5. В спортивных досугах, на спортивных праздниках.

Проведение упражнений основной гимнастики возможно под музыкальное сопровождение. Дети приучаются выполнять движения в едином темпе, ритме, заданном музыкой. Музыка помогает выполнять движения выразительно, согласованно. Характер музыкального сопровождения придает различные оттенки движениям детей. Дети учатся в соответствии с музыкой изменять характер музыкального сопровождения. Целесообразно проводить под музыку ходьбу, бег, подпрыгивание, несложные упражнения с мячом. Упражнения в равновесии, метании вдаль, в цель, прыжки в длину, в высоту, лазание не следует сопровождать музыкой, так как они требуют индивидуального темпа исполнения, внимания, сосредоточенности, характеризуются сложностью. Музыка будет ограничивать эти движения. Общеразвивающие упражнения рекомендуется проводить под музыку в старших возрастных группах. При выполнении общеразвивающих упражнений целесообразно применять музыкальное сопровождение тогда, когда упражнения освоены детьми и выполняются ими свободно. Наиболее удобны при этом движения для рук, приседания, наклоны, повороты. Можно проводить и упражнения с предметами, а также и подвижные игры, построенные на простых движениях: ходьба, бег.

Детям среднего и старшего дошкольного возраста целесообразно иногда предоставлять возможность самостоятельно придумывать новые движения соответственно музыке. Содержание всех мероприятий по гимнастике планируется воспитателем по физической культуре детского сада.

Упражнения на расслабление с элементами аутотренинга доступны детям с 3–4 лет. Они могут разучиваться как самостоятельные, могут включаться в различные формы занятий. Вначале учат расслаблять мышцы, а затем и все тело. Наиболее простые упражнения на расслабление – это расслабление в неподвижной позе, при этом создается образ тепла (лежим на солнышке и т. п.).

Упражнения ритмической гимнастики (аэробики), основанные на различных сочетаниях ходьбы, прыжков, бега, ОРУ, танцевальных, доступны с 4–5 лет.

Элементы акробатических упражнений – для старших дошкольников с достаточно высоким уровнем физической подготовленности: кувырок через голову вперед, стойка на лопатках («березка»), полушпагат, поперечный и продольный шпагат, «мостик» из исходного положения лежа на спине, «корзинка» («лягушка»).

Элементы художественной гимнастики для девочек: пружинные движения, волны, взмахи, прыжки, ходьба, бег под музыку, равновесия, повороты, элементы танцев.

Тема лекционного занятия: Подвижные игры в детских образовательных организациях (методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах). Спортивные упражнения (элементы спортивных игр). Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.

Цели занятия: познакомить с основами подвижных, спортивных игр в детском саду, с организацией физкультурно-оздоровительной работы в летний период.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Знание методики проведения подвижных игр способствует более успешному решению задач обучения и воспитания. Методику проведения подвижной игры можно определять как профессиональную «технологию» труда воспитателя, которой он должен владеть творчески, отбирать и совершенствовать приемы руководства игровой деятельностью детей.

Алгоритм проведения подвижной игры включает в себя следующие пункты:

1. Подготовка к проведению игры.
2. Организация играющих.
3. Руководство процессом игры.
4. Подведение итогов игры.

Подготовка к проведению игры начинается с выбора игры, который зависит от задач занятия. При этом должны учитываться возрастные особенности детей, уровень их развития и физической подготовленности, количество детей, условия проведения игры, интересы детей, состояние их здоровья.

В детском саду воспитатель осуществляет подбор и планирование подвижных игр в соответствии с программой. Учитываются условия работы в каждой возрастной группе. Постепенно подвижные игры усложняются, варьируются с учетом роста сознательности детей, накопления ими двигательного опыта. В младшей группе проводятся несложные по содержанию и правилам сюжетные игры. Многие из игр направлены на ориентировку в пространстве и игровой ситуации. В них все дети выполняют однородные роли и двигательные задания. Воспитатель принимает участие в игре. Постепенно детей подводят к выполнению индивидуальных заданий.

В средней группе возможно проведение игр, где присутствуют элементы простейшего соревнования: индивидуального или коллективного.

Для детей старшей группы доступны более сложные по правилам и содержанию игры, могут даваться и более сложные задания. еще более усложняются игры для детей подготовительной группы. Могут использоваться игры командные, с коллективным соревнованием, игры-эстафеты, игры с элементами спортивных. При этом педагог должен помнить, что воспитательный эффект игр будет проявляться при условии хорошего владения детьми движениями, необходимыми для игры.

Подбирая игру, педагог должен учитывать организационную форму работы, в рамках которой будет использоваться игра. Для проведения игры должно быть подготовлено место проведения. На участке ДОУ это может быть ровная площадка со специальной разметкой, зеленая лужайка. Зимой площадку для игры необходимо очистить от снега.

При проведении игр в помещении необходимо убрать посторонние предметы, которые могут мешать движениям детей.

При проведении игр на местности воспитатель должен заранее ознакомиться с намеченным местом.

Для проведения подвижных игр с дошкольниками в детском саду используются различные пособия: атрибуты, спортивный инвентарь и др. Желательно, чтобы все предметы были яркими, красочными, заметными в игре, соответствующими силам детей. Количество пособий для игры должно быть равным количеству детей.

Подобрав игру, педагог должен продумать ее ход, предугадать положительные и отрицательные моменты, которые могут возникнуть в ходе игры, предварительно наметить первого водящего. Должен продумать, как лучше предотвратить нежелательные моменты.

Организация играющих предусматривает:

1. Размещение играющих и месторасположения руководителя при объяснении игры.

2. Объяснение игры.

3. Выделение водящих.

4. Распределение на команды и выбор капитанов.

5. Выделение помощников.

В зависимости от содержания игра может проводиться со всеми детьми или с небольшой подгруппой. В этом случае остальную часть детей следует занять другим видом деятельности. При неправильной организации игры дети могут долго ждать своей очереди, чтобы выполнить игровое задание. Это снижает интерес к игре, вызывает проявление недисциплинированности со стороны детей, невнимательность, повышает утомляемость.

При проведении игры, особенно на прогулке, воспитателю требуется собрать детей на игру. Для этого он может воспользоваться звуковыми сигналами: ударами в бубен, свистком и т. п.

Чтобы объяснить игру, педагог должен расположить детей таким образом, чтобы они хорошо видели его и слышали объяснение игры. Целесообразным для этого является построение в исходное для игры положение, но если дети при этом разделены, то их следует сблизить.

Объяснение игры является очень важным моментом и требует от воспитателя тщательной подготовки. Содержание некоторых игр раскрывается воспитателем в предварительной беседе заранее. При этом уточняются представления детей, создается определенное отношение к персонажам игры. Объяснение должно быть эмоциональным и интересным, должно готовить детей к веселой игровой деятельности. Рекомендуется при объяснении игры придерживаться следующего плана: а) название игры, б) роль играющих и их месторасположение, в) ход игры, г) цель игры, д) правила игры. Следует отметить, что объяснение игры должно быть в виде образного и выразительного рассказа.

Выделяя водящих, следует помнить, что обязанности его оказывают большое воспитательное влияние на играющих. Желательно, чтобы в роли водящего побывало как можно больше детей. Существуют различные способы выбора водящего: по назначению педагога, по жребию, по расчету, по выбору играющих, по очереди, с помощью считалки.

При проведении командных игр со старшими дошкольниками требуется разделить детей на команды. Это можно сделать путем расчета, по назначению, путем фигурной маршировки, по сговору выбранных командиров команд и т. д.

Выделение помощников производится руководителем игры. Помощники помогают наблюдать за соблюдением правил игры, учетом результатов, помогают в раздаче и сборе инвентаря.

Очень важным является процесс руководства игрой, который включает в себя:

1. Наблюдение за ходом игры и поведением играющих.

2. Судейство.

3. Дозировку нагрузки.

4. Окончание игры.

Игру следует начинать организованно и своевременно, поскольку задержка снижает готовность детей к игре. Игру следует начинать по условному сигналу. Педагогу необходимо заинтересовать детей игрой.

Необходимо следить за выполнением правил игры, воспитывать сознательное отношение к их исполнению, направлять детей на товарищеские поступки. В опасные моменты игры педагог может подстраховывать детей. Следует избегать излишнего возбуждения, проявления отрицательных эмоций.

Судейство игры имеет особое значение. Педагогу в качестве судьи следует находить такое место, чтобы он видел всех детей. Заметив нарушение, следует подать сигнал, назначить штраф в виде очков или каких-то дополнительных двигательных заданий, моментов исключения из игрового действия.

Нагрузку в игре следует обязательно дозировать путем увеличения или уменьшения продолжительности игры, изменения размеров игровой площадки, времени игры, количества ее повторений и другими способами.

Окончание игры должно быть своевременным. Момент окончания игры определяется по снижению интереса играющих, по степени их утомления. С детьми дошкольного возраста игру можно закончить общей ходьбой. После окончания игры следует подвести ее итоги, отметив положительные и отрицательные моменты. Завершать подведение итогов следует на положительных аспектах игры.

Методика обучения детей дошкольного возраста элементам спортивных игр и спортивным играм ПО УПРОЩЕННЫМ ПРАВИЛАМ

Детей старшего дошкольного возраста можно обучать элементам спортивных игр и самим играм по упрощенным правилам. Эти игры имеют большое значение для всестороннего физического воспитания детей дошкольного возраста. Их подбирают с учетом возраста и состояния здоровья, а также индивидуальной склонности и интересов ребенка.

Спортивные игры укрепляют мышечную систему ребенка, развивают психофизические качества, повышают умственную работоспособность, ориентировку в пространстве. У детей развивается сообразительность и быстрота мыслительных процессов, а также осознание собственных двигательных действий. Ребенок лучше согласовывает свои действия с действиями других детей; обогащается его сенсомоторный опыт, развивается двигательное творчество. Увлеченность ребенка игрой, повышенное эмоциональное состояние усиливают физиологическое состояние организма.

Спортивные игры имеют и большое воспитательное значение. У детей в процессе обучения спортивным играм воспитываются морально-волевые качества: воля, ответственность, решительность, сдержанность и самообладание. Дети испытывают чувство радости, яркие переживания и постоянный интерес к результатам игры, снимается нервное напряжение, дети могут свободно выражать свои эмоции. Обогащается их словарный запас новыми словами из терминологии спортивных игр.

Бадминтон (мяч с перьями) – это спортивная игра с ракетками и воланом. Нужны две ракетки и волан. Целью игры является недопущение падения волана на своей части игровой площадки и приземление волана на стороне противника. Правила игры достаточно просты. Кроме того, имеется возможность играть на любой площадке, лужайке, пляже – все это делает игру в бадминтон широкодоступной. Игре в бадминтон обучают детей, начиная со старшей группы. Для освоения игры необходимы специальные упражнения: обучение правильному держанию ракетки (ее держат в правой руке, конец ручки должен упираться в основание ладони, а большой палец, слегка вытянутый вперед, упирается в ручку ракетки); обучают отбиванию волана. Это делается следующим образом: ребенок левой рукой подбрасывает волан перед собой, а затем отбивает его ракеткой вверх, не давая ему упасть. Это упражнение выполняется стоя на месте, в передвижении шагом, бегом, поворачивая ракетку и ударяя по волану разными ее сторонами.

Далее дают упражнения в парах, когда на расстоянии 3–4 метров один ребенок бросает волан, другой отбивает его ракеткой, а затем оба отбивают друг другу волан ракеткой.

После освоения этих упражнений, дети переходят к упражнениям в подачах и отбивании волана через сетку (вместо сетки можно натянуть шнур на уровне головы ребенка). Детям предлагают играть правой и левой рукой. В ходе игры дети стремятся так ударить по волану, чтобы он упал на стороне противника. Если один ребенок допустил ошибку (волан упал на его стороне, или он не перебросил его через сетку), то другой играющий ребенок получает очко. Выигрывает тот, кто набрал большее количество очков.

Баскетбол – командная игра, в которой совместные действия игроков обусловлены единой целью[36]. Эта игра довольно сложна, эмоциональна, построена на движениях в быстром беге, прыжках, бросках мяча, осуществляемых в оригинальных задуманных комбинациях, которые проводятся при противодействии партнеров по игре. Для освоения игры в баскетбол ребенок должен овладеть упражнениями «Школы мяча».

Обучают элементам этой игры детей старшего дошкольного возраста. Обучение начинают с принятия стойки баскетболиста: ребенок слегка сгибает ноги в коленях, расставляя их на ширину плеч, при этом одна нога выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределена на обе ноги. Руки согнуты в локтях и прижаты к туловищу.

Детей учат передвигаться по площадке, выполняя ходьбу, бег с поворотами, прыжками, с остановками и приставным шагом. Остановкам обучают в основном детей в подготовительной группе.

Детей обучают правильному держанию мяча, передачам мяча друг другу, ловле мяча, а также броскам мяча в корзину. Передачи мяча осуществляются вначале на месте, затем в движении.

Обучают ведению мяча на месте, в ходьбе и затем в беге. Главной задачей обучения всем элементам игры в баскетбол детей старших групп детского сада является усвоение разнообразных действий с мячом и подготовке детей к игре в целом. Освоенные умения дети совершенствуют в подвижных играм с мячом и играх, подводящих к игре в баскетбол.

В подготовительной группе дети продолжают закрепление всех разученных умений, упражняются в ведении, передачах и ловле мяча. Осваиваются упражнения на взаимодействие игроков команды и на взаимодействие с противником. Детей обучают при ведении мяча на 2 шага выполнять один удар, остановку после ведения мяча и его передачу.

Э. Я. Степаненкова[37]предлагает следующие упражнения для освоения техники перемещений в баскетболе:

1. Дети разбегаются по площадке с мячом в руках. Они свободно играют на площадке, выполняют разные движения с мячом; после сигнала воспитателя быстро ловят мяч и принимают правильную стойку.

2. Дети становятся в круг. Все бегают по кругу, по сигналу принимая правильную стойку.

Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ребенок должен ставить ногу на всю стопу.

3. Дети без мячей распределяются по кругу, лицом к его середине, на расстоянии 2–3 шагов друг от друга. Они передвигаются приставными шагами в сторону, указанную воспитателем. Воспитатель часто меняет направление передвижения.

4. Дети встают в 2–3 колонны на расстоянии 2–3 м одна от другой. Колонны медленно движутся вперед обычным шагом; после сигнала воспитателя стоящие первыми передвигаются приставным шагом лицом к своей колонне в ее конец и становятся последними.

5. Остановки. Детей дошкольного возраста следует обучать остановке двумя шагами. Остановка начинается с энергичного отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный,

стопорящий шаг и, немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг. При обучении остановкам следует придерживаться такой последовательности: остановка после ходьбы шагом, затем после медленного бега, после быстрого бега и внезапная остановка.

Для освоения техники удержания мяча следует формировать чувство мяча. Для этого необходимо, чтобы ребенок научился так чувствовать мяч, будто это часть его тела, и мог легко и точно управлять им. Поэтому в начале обучения используются игры с мячом, которые дают возможность познакомить детей с некоторыми свойствами мяча, показывая, что высота отскока зависит от силы, прилагаемой к мячу, а дальность броска зависит от веса мяча и тоже от прилагаемой к нему силы. Педагог предлагает детям поиграть с мячом, бросая его вверх, вниз, перебрасывая его с одной руки на другую. В этих упражнениях дети привыкают управлять мячом. При обучении дошкольников элементам игры в баскетбол применяются обычные большие резиновые мячи.

Детей обучают правильно удерживать мяч. В исходном положении мяч держат на уровне груди двумя согнутыми руками, локти опущены вниз, кисти рук находятся сзади и сбоку мяча, а пальцы широко расставлены.

При ловле мяча детей учат встречать мяч руками как можно раньше, делая из пальцев полушар, в который должен поместиться мяч. Ребенок, следя за полетом мяча, должен захватить его и притянуть к себе амортизирующим движением, как только мяч прикоснется к кончикам его пальцев. При этом одновременно следует сгибать ноги, чтобы принять положение исходной стойки.

Передача мяча осуществляется двумя руками вначале с места, а затем – в движении. Детей обучают передавать мяч двумя руками от груди из стойки баскетболиста. Ребенок при передаче мяча должен описать им небольшую дугу к туловищу вниз, затем к груди и, разгибая руки вперед, от себя послать мяч активным движением кисти с одновременным разгибанием ног.

Упражнения:

1. Дети встают в две шеренги, лицом друг к другу на расстоянии 2–3 м. Дети в парах передают мяч друг другу.

2. Построение то же. Мяч держит один ребенок из первой шеренги. Он передает мяч напарнику из второй шеренги, тот возвращает мяч в первую шеренгу. Второй ребенок из первой шеренги бросает мяч ребенку второй шеренги, стоящему напротив, и т. д. Последний ребенок, поймав мяч, бежит вперед и становится первым в своей шеренге.

3. Трое детей встают треугольником. Они поочередно бросают мяч друг другу.

4. Трое детей встают треугольником, у них один мяч. Дети передают мяч друг другу. После передачи ребенок перемещается на место того, кому бросил мяч.

На начальном этапе обучения детей шестилетнего возраста ведению мяча более доступным является ведение мяча с высоким отскоком, потому что это упражнение не требует низкой стойки. Затем, когда ребенок научится передвигаться на полусогнутых ногах, он легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком как по прямой, так и с изменением направлений.

При ведении мяча рука, ведущая мяч, согнута в локте, а кисть с расставленными пальцами положена на мяч сверху и от себя. В этом упражнении играющий ребенок выполняет толчки мяча несколько сбоку от себя и равномерно.

В начале обучения ведению мяча целесообразно использовать отбивание мяча обеими руками, затем отработать поочередное отбивание мяча правой и левой рукой на месте, ведение на месте попеременно правой и левой рукой. Когда ребенок сможет контролировать мяч в ве-

дении той и другой рукой достаточно уверенно, можно приступить к ведению мяча в движении шагом, потом бегом.

Упражнения[39]:

1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой.

2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой.

3. Группа располагается по 6 человек, и подгруппы размещаются по всей длине площадки. Первый игрок ведет мяч ко второму, передав мяч, сам остается на его месте; второй ведет мяч к третьему и выполняет то же самое. Последний игрок возвращается на место первого.

4. Дети строятся в колонны по 4–6 человек. Напротив каждой колонны выставляются кегли на расстоянии 1–2 м друг от друга. После сигнала воспитателя дети ведут мяч, обходя первую кеглю справа, вторую – слева. Обратно ведут мячи по прямой, передают следующему и становятся в конец колонны.

Движения при передаче мяча и бросках его в корзину сходны по своей структуре. Поэтому обучать броскам мяча в корзину можно на основе навыка броска мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Бросок мяча в корзину двумя руками от груди применяется при бросании мяча с места, а после ведения или после ловли мяча бросок чаще всего выполняется одной рукой от плеча. При этом броске одна нога выставляется на полшага вперед, мяч удерживается на ладони, согнутой в локтевом суставе руки, придерживается другой рукой. Затем, одновременно с разгибанием ног и с одновременным выпрямлением руки с мячом вверх-вперед, ребенок направляет мяч в корзину мягким толчком кисти.

Упражнения[40]:

1. Дети строятся в две колонны по 4–6 человек в каждой, напротив одной корзины. Одна колонна занимает место с левой стороны корзины, другая – с правой. Стоящие первыми выполняют бросок, ловят мяч и становятся в конец своей колонны. То же повторяют следующие дети.

2. 5–6 детей свободно располагаются напротив корзины, каждый с мячом. После сигнала воспитателя дети бросают мяч, стараясь как можно чаще попасть в корзину.

Правила игры в баскетбол:

1. Мяч ведут, передают и бросают в любом направлении.

2. Запрещается ударять по мячу кулаком и ногами, но нечаянное касание ногой мяча не считается за ошибку.

3. Нести мяч в руках можно не более 3 шагов, после чего его нужно передать товарищу по команде или вести его. Нельзя вести мяч одновременно двумя руками.

4. При попадании мяча за пределы площадки он считается вышедшим из игры. Виновный тот, от кого ушел мяч. Команда, игрок которой нарушил правила, лишается мяча, мяч передается другой команде для выбрасывания его из-за боковой линии.

5. Розыгрыш начального и спорного мяча производится в центральном круге.

Игра состоит из 2 таймов по 5 минут с перерывом между ними тоже 5 минут. За каждое попадание в кольцо дается 2 очка.

Для игры в баскетбол необходима площадка размерами 15х8 м с деревянным или асфальтовым покрытием, но допускается и грунтовая. Игровую площадку ограничивают боковыми и лицевыми линиями. В центре площадки размечается круг диаметром 1,8 м для розыгрыша мячей. За лицевой линией по центру устанавливаются стойки со щитами 120х90 см, на щиты крепится корзина диаметром 45 см, высота корзины не ниже 180 см и не выше 200 см над площадкой.

Теннис – спортивная игра, которая заключается в ударах ракетки по резиновому мячику массой 56,7–58,5 г, диаметром 6,35 – 6,67 см. Игра ведется на площадке, имеющей размеры в длину 23,77 м и ширину 10,97 м, для одиночной игры размер площадки – 8,23 м при длине 23,77 м.[41] Покрытие для площадки асфальтовое или деревянное, но можно оборудовать грунтовую – глино-песчаную, а также и с травяным покрытием. Сущность игры: игроки занимают противоположные стороны площадки и перебрасывают мяч через сетку, стараясь при этом направить его так, чтобы соперник не смог отразить мяч.

Для обучения игре в теннис используется система подводящих упражнений: броски мяча о стенку и ловля его правой и левой рукой; перебрасывание мяча через сетку партнеру; упражнения с мячом и ракеткой – ходить, держа мяч на ракетке; подбрасывать мяч ракеткой; броски мяча об пол и удары по нему после отскока; передача мяча ракеткой в парах с лета, с отскока, удары наносят правой и левой рукой; упражнения в подачах мяча.

Дети осваивают стойку теннисиста – положение, в котором можно наиболее эффективно перемещаться по площадке и подготавливаться к удару по мячу. Положение в стойке: ноги слегка согнуты в коленях, находятся на ширине плеч, масса тела удерживается на обеих ногах, ракетку держат в правой или левой руке, поддерживая ее за шейку, а головка ракетки обращена в сторону сетки. Основной способ держания ракетки – хватка, которая в значительной степени определяет стиль игры теннисистов и качество выполнения ударов. Главным образом теннисистами используются три вида хватки: универсальная, для ударов справа и для ударов слева.

Эти способы держания ракетки имеют и определенные различия и общее в положении пальцев на руке, они располагаются не в кулаке, а в следующем положении – указательный палец несколько отставлен, что позволяет увеличивать плоскость соприкосновения руки с ракеткой при выполнении ударов. После освоения способов держания ракетки детей обучают технике основных ударов.

Предлагаются следующие упражнения с ударом по мячу ракеткой[42]:

1. Левой рукой несильно бросить мяч на пол, после первого отскока поймать его на ракетку и не давать скатиться. Варианты: поймать после двух отскоков или нескольких; поймать сначала на одну сторону ракетки, затем на другую; принимать как можно ниже от пола.

2. Бросить мяч на пол и подбить его, несильно ударить снизу ракеткой, чтобы мяч снова отскочил от пола. Варианты: выполнить упражнение и дважды ударять ракеткой, но с продвижением вперед.

3. Бросить мяч на пол и подбить его несильным ударом ракетки вверх, ударять в высшей точке взлета.

4. Бросить мяч на пол и, не давая ему коснуться пола, отрывистым, но несильным движением ракетки ударять вверх по нему снизу и так подбивать по несколько раз. Варианты: то же с продвижением вперед, в стороны, ударять по мячу другой стороной ракетки, «чеканить», выполнять левой рукой.

Упражнения у стены, ударяя по мячу ракеткой:

1. Рукой бросить мяч о стенку и поймать, ударить ракеткой по мячу и после отскока от стены снова отправить мяч в стену. Вариант: один из теннисистов ударяет мяч о стену и быстро уходит в сторону, бьет один, затем второй и т. д.

2. Бросить мяч о стену рукой и после отскока от пола послать мяч ракеткой в стену. Вариант такой же, что и в первом упражнении.

3. Бросать мяч об пол так, чтобы он ударился о стену, затем ударом ракетки направить его в пол, стену, на ракетку.

4. Между двумя играющими расстояние 5–6 м. Ребенок ударом ракетки направляет его в пол, а затем партнеру.

5. Один из играющих стоит сзади другого, лицом к стене. Направляет мяч в стену так, чтобы он не касался пола; партнер отбивает мяч.

Серсо в переводе с французского означает обруч. В детском саду могут использоваться игры в серсо, начиная со старшей группы. Эти игры развивают основные физические качества: ловкости, силу, быстроту, выносливость, развивают ориентировку в пространстве, согласованность совместных действий и вестибулярный аппарат. Также они формируют нравственно-волевые качества, способствуют только правильному и красивому выполнению упражнений. Для игры в серсо используются кольцо и шпажка.

Правила игры: ребенок бросает кольцо одной рукой или шпажкой партнеру, тот ловит брошенное кольцо рукой, на руку или на шпажку. Играющие дети поочередно меняются ролями. Победителя определяют по числу пойманных колец, число которых устанавливается заранее.

Насчитывается порядка 60 разнообразных упражнений, игр и эстафет с серсо; обучение им проводится в определенной последовательности, начиная с более простых и переходя к более сложным с постепенным увеличением физической нагрузки.

Первую группу упражнений представляют игры и эстафеты с кольцом без шпажки. В них дети приобретают начальные навыки игры с кольцом: прокатывание кольца по полу, земле, асфальту, деревянному настилу, по гимнастической скамейке; набрасывание кольца на горизонтальные и вертикальные предметы, как неподвижные, так и подвижные; упражнения в подбрасывании и ловле кольца. Держание кольца с помощью захвата может быть снаружи и изнутри, одной и двумя руками.

Вторая группа упражнений – это игры, эстафеты, выполняемые с кольцом и шпажкой. Дети взаимодействуют уже с двумя предметами: прокатывают кольцо, направляя его шпажкой, надевают кольцо на шпажку и т. п. По возможности игры в серсо следует проводить на открытом воздухе.

Все упражнения, игры и эстафеты при правильном их использовании не являются опасными для детей. После освоения необходимых упражнений по технике игры в серсо детей обучают основным правилам всех игр в серсо.

Настольный теннис – спортивная игра, в которой могут принимать участие двое (одиночная игра) или четверо (парная игра) детей. Для игры в настольный теннис необходимы столы соответствующего размера для каждой возрастной группы: для средней группы – высотой 65 см, длиной 230 см и шириной 100 см; для старшей и подготовительной групп размеры стола составляют: высота – 68 см, длина – 250 см, ширина – 130 см. Игровой стол делится на две равные части натянутой поперек сеткой. Для игры также необходимы две небольшие ракетки с короткой ручкой и целлулоидный маленький мяч.

Суть игры заключается в следующем. Один из играющих детей осуществляет подачу мяча ракеткой так, чтобы мяч после удара о стол на стороне подающего, перелетел через сетку, не задев ее, и ударился о стол на другой стороне. Игрок, принимающий мяч, должен отбить его после отскока мяча на его половине. Проигравшим будет считаться тот, кто первый пошлет мяч за пределы стола или в сетку.

Для проведения игры в настольный теннис детей обучают способам держания ракетки. В основном используют наиболее простой вариант держания ракетки: ребенок обхватывает ручку ракетки так, чтобы указательный палец был прижат к тыльной поверхности ракетки, а большой

палец прижат к ладонной поверхности ракетки. Остальные пальцы без напряжения свободно обхватывают ручку ракетки.

Далее детей обучают исходному положению и перемещению. В исходном положении ребенок в ожидании приема мяча находится в 40–60 см от стола, туловище при этом наклонено вперед, а ноги слегка согнуты, вес тела находится на передней части стоп. Рука, в которой находится ракетка, согнута в локтевом суставе. Ребенок перемещается на несколько согнутых ногах, выполняя шаги, выпады, прыжки, скользящие шаги.

В ходе игры выполняются удары по мячу. Подача мяча – это удар по нему, посредством которого мяч вводится в игру. Для осуществления подачи ребенок, подающий мяч, подбрасывает его одной рукой, производя другой рукой удар ракеткой по мячу. После подачи мяч должен прежде опуститься на стороне подающего, а затем, перелетев после отскока через сетку, опуститься на стороне соперника. Дети-дошкольники овладевают только простым ударом по мячу при подаче, не вызывающим его вращения.

Детей обучают выполнению удара по мячу в ходе игры. Для этого ребенок стоит на небольшом расстоянии от стола, слегка наклонив тело вперед, ноги согнуты в коленях, ракетка удерживается чуть выше пояса, над столом, рука согнута. Удар по мячу наносится в тот момент, когда он отскакивает от стола несколько выше сетки. Для нанесения удара правая рука выносится вперед и, выпрямляясь в локте, выполняет удар по мячу. Плоскость ракетки при этом вертикальна относительно горизонтальной плоскости стола. В сам момент удара тяжесть тела переносят на правую ногу.

Для подготовки к игре в настольный теннис широко используются упражнения с мячом, мячом и ракеткой.

После таких упражнений детям предлагается игра с мячом парами, затем можно предложить упражнения на столе. В. Г. Гришин рекомендует следующие упражнения:

Упражнения:

1. Бросить мяч рукой так, чтобы он коснулся стола один раз; партнер тоже ловит рукой.

2. То же самое, только ударить и отражать мяч ракеткой.

3. Разрешается брать мяч не только с воздуха, но и от пола, направляя его на стол также с отскоком от стола партнеру.

Затем дети выполняют упражнения вдоль теннисного стола без сетки (одновременно занимаются 4–5 пар).

4. Ударить по мячу так, чтобы он стукнулся о стол несколько раз; после этого партнер с воздуха отбивает мяч обратно.

5. Мяч должен коснуться стола один раз, затем партнер его отражает.

6. Розыгрыш мяча без сети по правилам игры на два отскока от стола – на своей половине, затем на половине партнера – только потом игрок его отражает.

Детям следует освоить простейшие правила игры:

1. Подавать мяч по очереди по пять подач каждый.

2. Отбивать мяч только ракеткой, передавая его на сторону партнера.

3. Принимать мяч после удара его о стол.

4. Каждая ошибка одного из игроков приносит очко другому.

5. Счет ведется до 21 очка, но его можно произвольно сократить до 11 или 15 очков. Партия будет считаться выигранной при перевесе в два очка.

6. Игру детей можно проводить из трех партий. Встреча считается законченной, если одна из сторон выигрывает две партии.

Хоккей. Освоение элементов игры в хоккей можно начинать со старшими дошкольниками. Рекомендуется играть в хоккей в любое время года, на площадке, лужайке клюшкой с мячом, а зимой – на утрамбованной снежной площадке без коньков. На ледовой площадке дети могут играть, когда они достаточно хорошо научатся кататься на коньках.

В подготовительный период освоения игры в хоккей дети знакомятся со следующими основными понятиями: клюшка, крюк клюшки, шайба и т. п.

Детей обучают стойке хоккеиста: туловище наклонено вперед, ноги слегка согнуты в коленных суставах, клюшка опущена на лед. При обучении держания клюшки ребенок держится за нее двумя руками. При этом он удерживает клюшку одной рукой сверху за конец рукоятки, а другой – снизу в 30–40 см от конца рукоятки.

Вначале детям дают играть маленькими клюшками на снегу без коньков, чтобы ребенок привык к тяжести клюшки. В процессе этой игры у детей развивается ловкость, они учатся маневрировать и бить по шайбе. Дети могут осуществлять ведение маленькими клюшками льдинки или другого предмета, стараясь загнать его в лунку, круг или воротца. Можно использовать игры «Передай шайбу», «Кто быстрее догонит шайбу до круга» и др. С самого начала обучения игре в хоккей важно научить правильно и свободно держать клюшку двумя руками. Крюк клюшки нужно держать так, чтобы он нижним ребром прилегал ко льду. Во время игры дети не должны перехватывать клюшку руками. Чтобы в руках играющих детей она была легкой и послушной, детям предлагаются различные упражнения: махи руками с клюшкой, перенос клюшки вокруг туловища и из одной руки в другую; вращение клюшки, держа ее двумя руками, и др. Даются также упражнения на ведение шайбы: плавное ведение – крючок клюшки постоянно соприкасается с шайбой; ведение «рубка шайбы»: шайба ведется легкими ударами крючка то справа, то слева.

Детей обучают броскам шайбы клюшкой. При броске слева принимается и. п. стойки: ноги на ширине плеч и слегка согнуты, правая нога выставлена немного впереди левой, игрок становится в полоборота к цели, шайба с клюшкой находится слева от игрока. Во время выполнения броска шайбу не отрывают от крюка клюшки. Аналогичным способом выполняются броски шайбы справа.

Если дети овладели навыком передвижения на коньках, то им можно предложить игру в хоккей на коньках по упрощенным правилам. Подготовительными упражнениями для такой игры являются: упражнения на коньках для развития ловкости и умения маневрировать, дети стараются проскользнуть между какими-либо ограничителями, стараясь не задеть ни одного; пробежать на коньках, ведя тряпичный мяч или деревянную шайбу клюшкой; пробегают все вместе на коньках до черты расстояние 10–15 м, при этом каждый ведет клюшкой по льду свою шайбу, и тот, кто пересечет черту первым, считается победителем.

Можно давать и такие групповые упражнения, как ведение шайбы с последующим загоном ее в ворота, отмеченные краской на льду. Побеждает тот, кто первым загонит шайбу (льдинку) в ворота 3 раза.

Дети играют в хоккей на небольшой ледовой площадке 15х7,5 м, расположенной на участке детского сада. Этот небольшой каток обносят снежными валами высотой 1 м. Для игры детям ставят ворота с металлическим корпусом и сеткой размером 1,8 м. Для игры в хоккей одежда детей должна быть легкой и свободной, не стесняющей движений.

Предлагаются следующие правила игры:

1. Играют двумя командами по 5–6 человек в каждой команде.

2. Общая продолжительность игры – 20 мин, играют два периода по 10 мин с перерывом между ними 5–8 мин.

3. В процессе игры возможна замена игроков по усмотрению судьи или педагога.

4. Во время игры нельзя толкаться, поднимать клюшку выше плеча и перебрасывать шайбу высоко по воздуху.

5. Через каждые 5 мин следует заменять вратаря членами команды (поочередно, по предложению судьи).

6. Игрокам нельзя заходить в зону вратарской площадки.

7. После пропущенной шайбы игру начинают с центра поля.

8. За нарушение правил игрока можно удалять с поля на 1–2 мин.

Городки – это старинная русская игра, которая способствует развитию глазомера, точности движений, укреплению мышц рук и плечевого пояса, повышению эмоционального состояния детей.

Для детей-дошкольников подбираются облегченные биты длиной 45–50 см, весом 400–450 г, городки должны быть высотой 10–12 см, сечением 3–4 см. В упрощенном виде игра доступна детям с 5 лет.

Ребенка обучают бросать биту двумя способами: согнутой в локте высоко поднятой рукой с битой, другой способ – бросок прямой рукой, отведенной в сторону-назад. Ребенок в ходе игры может пользоваться любым способом.

На земляной площадке чертят «город» – квадрат, каждая сторона которого равна 1 м. На расстоянии 3–4 м от передней (лицевой) линии города проводится черта, обозначающая кон. Между городом и коном на расстоянии 2–2,5 м от города наносится вторая черта – полукон. После того, когда дети научатся выбивать городки с этого расстояния, линии кона и полукона относят на расстояние 5–6 м (кон) и 2–3 м (полукон).

Детей знакомят с названиями фигур и с их выкладыванием. Далее на передней линии города складываются следующие фигуры: «забор», «бочка», «колодец», «письмо», «самолет» и др. Бросая биты в ходе игры, играющий старается выбить городки за пределы квадрата-города. Вначале биты бросают с кона, а когда выбьют хотя бы один городок – с полукона. Выигрывает тот, кто выбьет большее количество городков при меньшем количестве бросков.

Для проведения игры детей делят на два звена по три человека в каждом; биты в начале игры должны лежать у линии кона, там же должны находиться и играющие. На площадках из городков поочередно выкладываются фигуры. Когда выбита одна фигура, то тогда можно выкладывать следующую. Если с линии кона выбивается один городок, то играющие переходят на линию полукона, откуда выбивают остальные городки и фигуры. Выигравшим считается то звено, которое раньше выбьет пять фигур. При этом учитываются: правильность позы и сильного удара по желанию либо от плеча, либо наотмашь. Городки и биты приносятся только с внешней стороны площадки в целях безопасности, чтобы не попасть под удар другого звена.

Занятия могут проводиться с группой детей и индивидуально.

Футбол. В старшей группе детского сада дети в основном осваивают упражнения, подводящие к игре в футбол. Даются упражнения: в катании мяча подошвой ноги в различные стороны, стоя и подпрыгивая на одной ноге, жонглирование мячом, подбивая его подъемом ноги, бедром, чередуя ту и другую ноги. Дети упражняются индивидуально, каждый со своим мячом. Даются упражнения в прокатывании мяча в заданном направлении, попадании в кеглю, в ворота. Обучают детей перемещаться с мячом по площадке, слегка подбивая мяч ногами, поочередно. Необходимо следить, чтобы мяч не откатывался далеко. Дети учатся передавать мяч друг другу ударом, который называется «щечкой» (внутренней стороной стопы). В упражнениях участвуют мальчики и девочки.

В подготовительной группе совершенствуются ранее приобретенные навыки передачи мяча партнеру в медленном беге. Обучают удару по мячу с разбега. Когда дети достаточно уверенно действуют с мячом, переходят к игре в футбол.

Для игры готовят площадку размером: 30–40 м – длина, 15–30 м – ширина, поперек площадки проводится средняя линия. На торцовых сторонах стойками обозначаются ворота размером 3–4 м. Края площадки обозначаются 6 флажками – 4 угловых, 2 – средних.

Каждая команда состоит из 5–7 игроков. Из них: 1 капитан, 1 вратарь. Перед началом игры капитаны команд бросают жребий, по которому одна из команд начинает игру.

Игроки, начинающие игру, ведут мяч серией передач к воротам, стараясь забить гол. Другая команда защищается, не пропуская противника к своим воротам. Мяч передается только ногами (можно головой, туловищем). Руками ловить мяч может только вратарь. Играют 2 тайма по 15 минут. Перерыв – 5 минут. Перед вторым таймом меняются воротами. Выигрывает команда, забившая больше голов.

Кегли – спортивная игра, доступная дошкольникам. Цель ее – сбить меньшим количеством шаров, пускаемых руками, как можно большее число фигур-кеглей, которые устанавливают на площадке в определенном порядке.

В дошкольном учреждении в постоянном распоряжении детей должно быть оборудование для игр в кегли, городки, серсо, бадминтон, настольный теннис, баскетбол.

Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть оздоровительной, она имеет свою специфику. Важно всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия **летнего времени и добиться**, чтобы ребёнок окреп, поправился и закалился, научился понимать и полюбить удивительный, прекрасный мир растений и животных. Летом природа представляет большие возможности для развития познавательных способностей дошкольников.

Воспитание здорового ребёнка – приоритетная, наиглавнейшая задача дошкольной **педагогики**, особенно в современных условиях. Проблема воспитания счастливой личности напрямую связана со здоровьем этой личности. Как помочь подрастающему ребёнку реализовать своё право на здоровье и счастливую жизнь? Одним из путей решения этой проблемы является **организация работы** по воспитанию дошкольников в **летний период года**. **Летний** отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление **организма**, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В **летний период**, большие возможности предоставлено для закаливания, совершенствования защитных реакций ребенка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры.

Летом продолжается систематическая и планомерная **работа** по разделам программ. Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Цели и задачи **работы в летний оздоровительный период**

Цель: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учётом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности.
3. Проводить просвещения родителей по **педагогическим**, воспитательным, **оздоровительным вопросам детей в летний период**.
4. Повышение компетентности **педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы**, мотивация **педагогов** на улучшение качества **организации летнего отдыха дошкольников**.

Направление образовательных областей

Задачи **работы с детьми**:

«Физическое развитие»:

1. Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей **организма**, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния.
2. Всесторонне совершенствовать физические функции **организма**.
3. Повышать **работоспособность детского организма** через различные формы закаливания.
4. Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.
5. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка.
6. Способствовать предупреждению заболеваемости и **детского травматизма**.

«Художественно-эстетическое развитие»:

1. Закреплять и углублять музыкальные впечатления, полученные в течение года.
2. Поддерживать инициативу детей в импровизации.
3. Активизировать воображение, инициативу, творчество ребенка.
4. Развивать основы музыкально-театральной культуры, духовно обогащать детей положительными эмоциями
5. Совершенствовать исполнительские умения детей в создании художественного образа, используя для этой цели игровые, песенные и танцевальные импровизации.
6. Развивать коммуникативные навыки в различных ситуациях общения: со сверстниками, **педагогами**, родителями и другими людьми.
7. Приобщать детей к наблюдению за действительностью, развивать умение видеть мир глазами творца-художника.
8. Предоставить свободу в отражении — доступными для ребенка художественными средствами — своего видения мира.
9. Развивать умения передавать настроение, состояние, отношение к изображаемому, экспериментировать с различными видами и способами изображения.
10. Создавать максимальную свободу для проявления инициативы и необходимое для этого физическое и психологическое пространство.

«Познавательное развитие»:

1. Удовлетворять **детскую любознательность**, не подавляя при этом интереса к узнаванию природы, формировать необходимые для разностороннего развития ребенка представления о ней, прививать навыки активности и самостоятельности мышления.
2. Развивать навыки общения со сверстниками, взрослыми и окружающей природой с ориентацией на ненасильственную модель поведения.
3. Обеспечить широкие возможности для использования всех пяти **органов чувств**: видеть, слышать, трогать руками, пробовать на вкус, чувствовать различные элементы окружающего мира.

«Социально – коммуникативное развитие»:

1. Развивать игровую деятельность воспитанников;
2. Приобщение к элементарным общепринятым нормам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;
3. Продолжать **работу** по формированию гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств;
4. Развивать трудовую деятельность, воспитывать ценностное отношение к собственному труду, труду других людей, его результатам;
5. Формировать представление об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них.

«Речевое развитие»

1. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми.
2. Развитие всех компонентов устной речи детей (лексической стороны, грамматического строя речи, произносительной стороны речи; связной речи – диалогической и монологической форм) в различных формах и видах **детской деятельности**.

3. Практическое овладение воспитанниками нормами речи.
4. Речевое стимулирование *(повторение, объяснение, обсуждение, побуждение, напоминание, уточнение)*.
5. Поддержание социального контакта *(беседа, эвристическая беседа)*.
6. Совместная предметная и продуктивная деятельность детей *(коллективный монолог)*.
7. Самостоятельная художественно-речевая деятельность детей.

Принципы планирования **оздоровительной работы**. При планировании **оздоровительной работы** в дошкольных отделениях следует придерживаться следующих принципов:

1. комплексное использование профилактических, закаливающих и **оздоровительных технологий**;
2. непрерывное проведение профилактических, закаливающих и **оздоровительных мероприятий**;
3. преимущественное использование немедикаментозного **оздоровления**;
4. использование простых и доступных технологий;
5. формирование положительной мотивации у детей медицинского персонала и **педагогов** к проведению профилактических закаливающих и **оздоровительных мероприятий**;
6. повышение эффективности системы профилактических и **оздоровительных** мероприятий за счет соблюдения элементарных правил и нормативов: оптимального двигательного режима, физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, **организации питания**, воздушно-теплового режима и водоснабжения.

Организация физкультурно- оздоровительной работы с детьми

• утренняя гимнастика;
• прогулка;
• двигательная активности;
• полоскание полости рта после еды;
• сон без маек, при открытых форточках *(в теплое время)*;
• проветривание помещение;
• гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
• хождение по ребристой дорожке;
• занятия, прогулки, походы;
• совместные досуги с родителями;
• спортивные праздники и развлечения;
• неделя здоровья;
• соревнования;

Формы **оздоровительных мероприятий в летний период**.

1. **Организованная** образовательная деятельность — это основная форма **организованного** систематического обучения детей физическим упражнениям. **Организация** НОД должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур **организма**, в частности костно-мышечной и сердечно-сосудистой как наиболее нагружаемых при физических упражнениях. Упражнения подбираются в зависимости от задач непосредственной образовательной деятельности, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования. Планируются **организованные** формы образовательной деятельности с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм, праздники, развлечения 3 раза в неделю в часы наименьшей инсоляции *(до наступления жары или после ее спада)*. Продолжительность **организованной** образовательной деятельности: Младшая группа – 20 минут Старшая группа. — 25 минут Подготовительная группа — 30 минут

2. Утренняя гимнастика. Цель проведения – повышение функционального состояния и **работоспособности организма**, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений; упражнения с предметами и без предметов; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения с использованием крупных модулей,

снарядов, простейших тренажеров. Коррекционная гимнастика включает в себя комплексы специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.

3. Подвижные игры. Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от **педагогических задач**, подготовленности, индивидуальных особенностей детей. Виды игр: • сюжетные *(использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа)*; • несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания; • дворовые; • народные; • с элементами спорта *(бадминтон, футбол, баскетбол)*. Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность игр для всех возрастных групп 10—20 минут.

4. Двигательные разминки *(физкультминутки, динамические паузы)*. Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности.

Варианты:

• упражнения на развитие мелкой моторики;
• ритмические движения;
• упражнения на внимание и координацию движений;
• упражнения в равновесии;
• упражнения для активизации **работы глазных яблок**.
• упражнения в равновесии;
• упражнения для активизации **работы глазных мышц**;
• гимнастика расслабления;
• корригирующие упражнения *(в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей)*;
• упражнения на формирование правильной осанки;
• упражнения на формирование свода стопы. Проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Продолжительность:

старшая группа — 10 минут;
подготовительная группа— 12 минут.

5. Элементы видов спорта, спортивные упражнения. Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей. Виды спортивных упражнений:

• катание на самокатах;
• езда на велосипеде;
• катание на роликовых коньках;
• футбол;
• баскетбол;
• бадминтон.

Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю. Проводятся на воздухе, на игровой или спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Продолжительность:

младшая группа – 10 минут
старшая группа — 12 минут;
подготовительная группа — 15 минут.

6. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна. Гимнастика сюжетно-игрового характера. Разминка после сна проводиться с использованием различных упражнений:

• с предметами и без предметов;
• на формирование правильной осанки;
• на формирование свода стопы;
• имитационного характера;

• сюжетные или игровые;
• с простейшими тренажерами *(гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер)*;
• на развитие мелкой моторики;
• на координацию движений;
• в равновесии
• на развитие мелкой моторики;
• на координацию движений;
• в равновесии. Место проведения – спальня. Гимнастика пробуждения для всех возрастных групп продолжительностью— 3—5 минут. Гимнастика после дневного сна для всех возрастных групп — 7— 10 минут.
7. Индивидуальная **работа в режиме дня**. Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки. Проводится в спортивном зале. Время устанавливается индивидуально.
8. Закаливающие мероприятия. Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей: элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, обтирание, обливание до пояса);
• закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно **организованная прогулка**, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
• специальные водные, солнечные процедуры, которые назначаются врачом.
Система закаливающих мероприятий
Воздушно- температурный режим: от +18 до + 20° С,
Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей.
Одностороннее проветривание: В холодное время проводится кратковременно *(5-10 мин)*. Допускается снижение температуры на 1-2 °С.
Сквозное проветривание *(в отсутствии детей)*: В холодное время проводится кратковременно *(5-10 мин)*. Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С.
Утром перед приходом детей. Прием детей на воздухе. К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.
Перед возвращением детей с дневной прогулки. К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.
Во время дневного сна, вечерней прогулки:
В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении. Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры.
Утренняя гимнастика: В **летний период на улице**.
Физическая культура. Проводится ежедневно на свежем воздухе, одежда облегченная. Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям.
Хождение босиком: Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С до + 22 °С.
Водные процедуры:
Гигиенические процедуры:
Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры.
Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры.
В **летний период - мытье ног**.
Организация детской деятельности
Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня. Непосредственная образовательная деятельность с детьми в **летний период**? Не будет ли это препятствовать полноценному их отдыху? Надо иметь в виду, что **организовать летний** отдых детей не значит предоставить им полную свободу в выборе, их необходимо объединять их для коллективной игровой

деятельности. Неправильно **организованная детская деятельность**, приводит к усталость, и к излишнему возбуждению. Виды непосредственная образовательная деятельность можно определить на **педагогическом Совете ДОУ** ***«Организация летней оздоровительной работы»***. Дано право выбора коллективу **педагогов** определить перечень непосредственная образовательная деятельность.
Создание условий для всестороннего развития детей.
- Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года: Прием детей на участках **детского сада**, прогулка – 4-5 часов, сон – 3 часа, образовательная деятельность на свежем воздухе.
- **Организация** водно-питьевого режима: Наличие чайника, охлажденной кипячёной воды, одноразовых стаканчиков.
- **Организация** закаливающих процедур: наличие индивидуальных полотенец для рук и ног; таза, лейки; индивидуальных стаканчиков для полоскания зева и горла. Условия для физического развития
- **Организация** безопасных условий пребывания детей в дошкольных отделениях: Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках.
- Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни: Наличие дидактического материала для: **работы по ОБЖ**, обучения детей правилам дорожного движения, **работы по ЗОЖ**.
- **Организация** оптимального двигательного режима: Наличие физкультурного оборудования, проведение коррекционной и профилактической **работы** *(коррекция, осанки, плоскостопия и др.)* **Организация** образовательной деятельности по физической культуре, спортивных праздников и развлечений. Условия для познавательного развития
- **Организация** труда и наблюдений в природе: Наличие цветника, огорода, уголка природы в группах; оборудования и пособий *(лопатки, лейки, грабли)*.
- **Организация** игр с песком и водой: Наличие исправных песочниц на участках, лейки для **обработки песка**, лопат. Условия для развития изобразительного творчества
- **Организация** изобразительного творчества и ручного труда: Наличие традиционных и нетрадиционных материалов для изобразительной деятельности и ручного труда *(картон, цветная бумага, клей, ножницы, нитки, тесто, ткань, овощи)*. **Организация выставки детских работ**. **Организация физкультурно- оздоровительной работы с детьми**. **Организация** двигательного режима
- Прием и утренняя гимнастика на воздухе: Все возрастные группы. - Дыхательная гимнастика: Все возрастные группы *(ежедневно после дневного сна)*.
- Физкультурная образовательная деятельность: Все возрастные группы *(2 раза в неделю)*.
- **Оздоровительная ходьба по детскому саду на развитие дыхания**: Все возрастные группы *(еженедельно)*.
- Дозированный бег для развития выносливости: Все возрастные группы *(ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям)*.
- Развитие основных движений *(игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т. д.)*: Все возрастные группы *(ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально)*.
- Подвижные игры на прогулке: Все возрастные группы *(ежедневно)*.
- Физкультурные досуги и развлечения: Все возрастные группы *(еженедельно)*. Закаливающие мероприятия
- Воздушные ванны: Все возрастные группы *(ежедневно в теплую погоду)*.
- Прогулки: Все возрастные группы *(ежедневно)*.
- Хождение босиком по песку и траве: Все возрастные группы *(ежедневно в тёплую погоду)*.
- Обширное умывание: Все возрастные группы *(ежедневно)*.
- Мытье ног: Все возрастные группы *(ежедневно)*.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Формирование здорового образа жизни дошкольников средствами физической культуры

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.1.

1. Теория физического воспитания детей дошкольного возраста» как сфера научных знаний человеке.
2. Предмет теории физического воспитания детей дошкольного возраста.
3. Специфика теории физического воспитания детей дошкольного возраста.
4. Взаимосвязь теории физического воспитания детей дошкольного возраста с другими науками.
5. Цель физического воспитания детей дошкольного возраста на современном этапе.
6. Формирование основ здорового образа жизни дошкольников и культуры здоровья средствами физической культуры.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие ребёнка

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.2.

1. Задачи физического воспитания детей дошкольного возраста на современном этапе.
2. Общая характеристика средств физического воспитания детей.
3. Специфика средств физического воспитания детей раннего возраста, их характеристика.
4. Специфика средств физического воспитания детей дошкольного возраста, их характеристика.
5. Экспериментальные методы в теории физического воспитания детей дошкольного возраста.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Развитие произвольных движений ребёнка от рождения до семи лет.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.1.

1. Особенности развития движений у детей грудного, раннего и дошкольного возраста.
2. Примерный уровень физической подготовленности детей 4-6 лет.
3. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста.
4. Периоды биологического развития детей дошкольного возраста.
5. Средние показатели массы тела и роста здоровых детей раннего и дошкольного возраста.
6. Уровень физической подготовленности детей 4-6 лет.
7. Охарактеризуйте двигательные возможности детей дошкольного возраста по методике направленного использования средств и методов физической культуры.
8. Основы двигательной активности детей дошкольного возраста.
9. Значение игровой деятельности в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.

10. Методы использования слова и наглядного действия в системе физического воспитания дошкольников.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.2.

1. Охарактеризуйте формы организации занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста.
2. Значение утренней гимнастики в системе физического воспитания дошкольников.
3. Значение физкультурных занятий урочного типа в системе физического воспитания дошкольников.
4. Значение подвижных игр в системе физического воспитания дошкольников.
5. Значение физкультпаузы и физкультминутки в системе физического воспитания дошкольников.
6. Значение физкультурных праздников в системе физического воспитания дошкольников.
7. Значение самостоятельных занятий физическими упражнениями в системе физического воспитания дошкольников.
8. Каковы методические особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
9. Охарактеризуйте государственную форму организации физического воспитания детей дошкольного возраста.
10. Охарактеризуйте самодеятельную форму организации физического воспитания детей дошкольного возраста.
11. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста.
12. Основные методы и приёмы обучения детей дошкольного возраста двигательным действиям.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия Гимнастика в детском саду. Строевые упражнения. Ходьба. Бег. Метание. Прыжки. Ползание и лазанье. Упражнения в равновесии. Общеразвивающие упражнения.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.1.

1. Значение общеразвивающих упражнений для отдельных частей тела с предметами (мячами, кубиками, флажками, гимнастическими палками) и без предметов, в системе физического воспитания дошкольников.
2. Значение легкоатлетических видов упражнений: ходьба, бег, прыжки, метания, в системе физического воспитания дошкольников.
3. Значение упражнений по спортивной гимнастике и акробатике: лазание, ползание, равновесие, висы, в системе физического воспитания дошкольников.
4. Значение строевых упражнений (построения и перестроения, повороты, размыкания и смыкания), в системе физического воспитания дошкольников.
5. Значение танцевальных упражнений, в системе физического воспитания дошкольников.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия. Подвижные игры в детских образовательных организациях (методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах). Спортивные упражнения (элементы спортивных игр). Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.2.

1. Значение подвижных игр в системе физического воспитания дошкольников.
2. Методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах дошкольников.
3. Значение спортивных упражнений и элементов спортивных игр дошкольников.
4. Значение упражнений упрощенных способов передвижения на лыжах, катание на коньках, плавание, различные игры с мячом (перебрасывание мяча через сетку, попадание мячом в корзину).
5. Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста. Тема 1.1. Формирование здорового образа жизни дошкольников средствами физической культуры	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.2. Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие ребёнка	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 2. Развитие двигательной основы, методы и принципы двигательных действий Тема 2.1. Развитие произвольных движений ребёнка от рождения до семи лет.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
РАЗДЕЛ 3. Содержание программы физического воспитания дошкольников в течение учебного года и в летний период. Тема 3.1. Гимнастика в детском саду. Строевые упражнения. Ходьба. Бег. Метание. Прыжки. Ползание и лазанье. Упражнения в равновесии. Общеразвивающие упражнения.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 3.2. Подвижные игры в детских образовательных организациях (методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах). Спортивные упражнения (элементы спортивных игр). Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1. Дать определение термину «здорового образа жизни» и кратко охарактеризовать основные компоненты здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
2. Виды основной гимнастики в системе физического воспитания дошкольников.
3. Подвижные игры в системе физического воспитания дошкольников.
4. Упрощенные формы спортивных упражнений в системе физического воспитания дошкольников.
5. Значение оздоровительных сил природы как средства физического воспитания дошкольников.
6. Значение гигиенических факторов как средства физического воспитания дошкольников.
7. Охарактеризуйте оздоровительные задачи физического воспитания дошкольников.
8. Охарактеризуйте образовательные задачи физического воспитания дошкольников.
9. Охарактеризуйте воспитательные задачи физического воспитания дошкольников.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста.
2. Периоды биологического развития детей дошкольного возраста.
3. Средние показатели массы тела и роста здоровых детей раннего и дошкольного возраста.
4. Особенности развития движений у детей грудного, раннего и дошкольного возраста. Уровень физической подготовленности детей 4-6 лет.
5. Формы организации занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста: утренняя гимнастика, физкультурные занятия урочного типа, подвижные игры с разнообразным двигательным содержанием, физкультпаузы и физкультминутки, физкультурные праздники, самостоятельные занятия физическими упражнениями.

6. Методические особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
7. Государственная форма организации физического воспитания детей дошкольного возраста.
8. Самодеятельная форма организации физического воспитания детей дошкольного возраста.
9. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста.
10. Методы и приёмы обучения детей дошкольного возраста двигательным действиям.
11. Двигательные возможности детей дошкольного возраста по методике направленного использования средств и методов физической культуры.
12. Основа двигательной активности детей дошкольного возраста.
13. Значение игровой деятельности в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.
14. Методы использования слова и наглядного действия.
15. Дозировка физической нагрузки в процессе занятий физической культурой с детьми дошкольного возраста.
16. Метод целостного разучивания при освоении новых движений.
17. Планирование процесса физической и двигательной подготовки дошкольников.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Общеразвивающие упражнения для отдельных частей тела с предметами (мячами, кубиками, флажками, гимнастическими палками) и без предметов.
2. Различные виды ходьбы, бега, прыжков, метаний, лазание, ползание, равновесие, висы и др.
3. Строевые упражнения (построения и перестроения, повороты, размыкания и смыкания).
4. Танцевальные упражнения.
5. Упражнения в равновесии.
6. Подвижные игры.
7. Упрощенные способы передвижения на лыжах, катание на коньках, плавание, различные игры с мячом (перебрасывание мяча через сетку, попадание мячом в корзину).
8. Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.
9. Методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста.

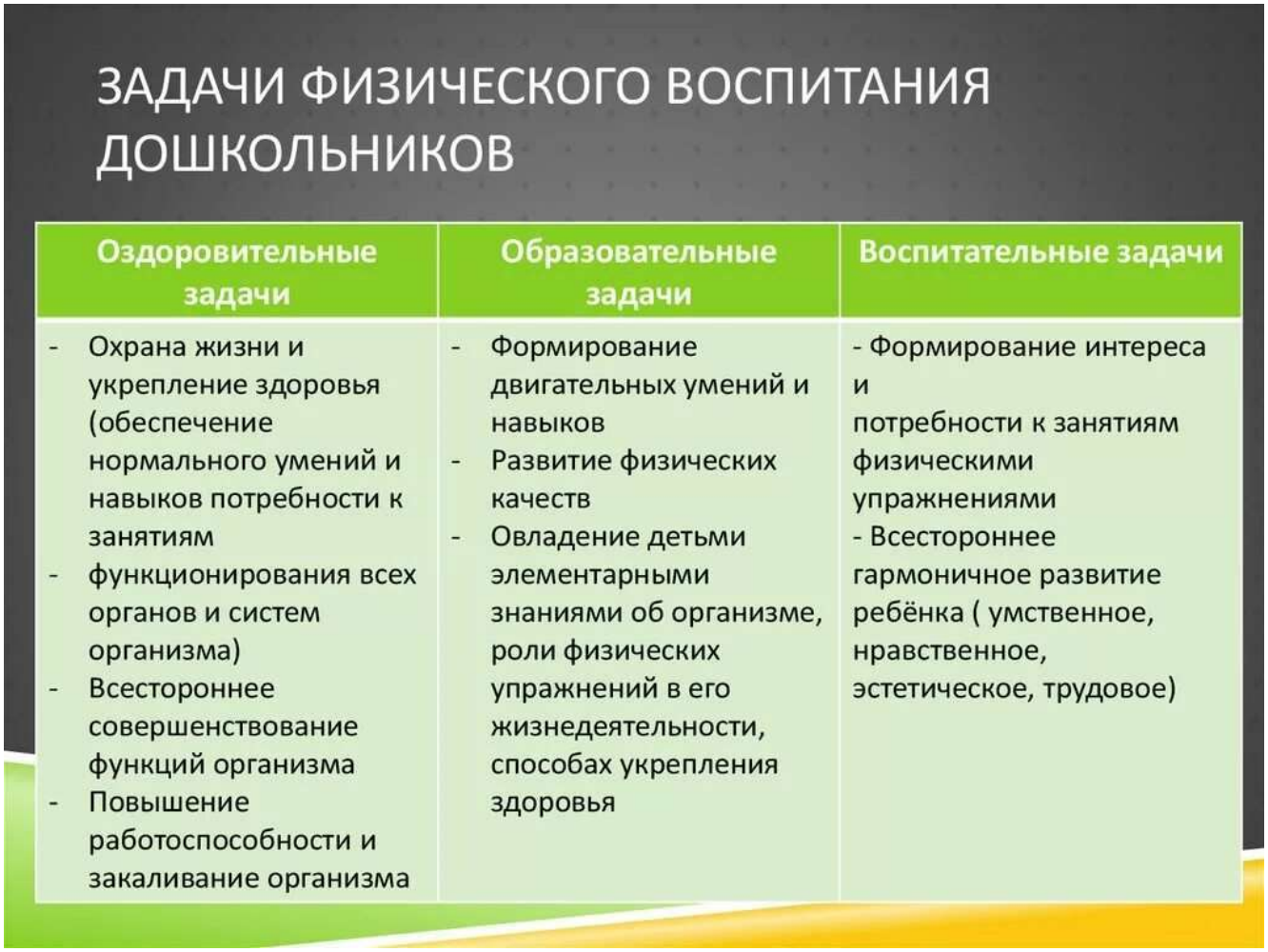
Тема 1.1. Формирование здорового образа жизни дошкольников средствами физической культуры

КЛАССИФИКАЦИЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

В основу одной из наиболее общих классификаций положены исторически сложившиеся системы средств физического воспитания и методов их применения: гимнастика, спортивные и подвижные игры, спорт и туризм. Каждая из этих групп имеет специфическое значение и делится еще на более мелкие классификационные подгруппы.



Тема 1.2. Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие ребёнка**.**



РАЗДЕЛ 2. Развитие двигательной основы, методы и принципы двигательных действий

Тема 2.1. Развитие произвольных движений ребёнка от рождения до семи лет.

Возраст	Навыки поведения
3–6 мес.	Лежит на животе, опираясь на согнутые под прямым углом предплечья (4 мес.); на вытянутые руки (5 мес.). Приподнимает голову, поворачивается на бок (4–5 мес.), садится (6 мес.)
6–12 мес.	Посаженный, сидит, опираясь на руки, ползает на животе, поворачивается с живота на спину (7 мес.); садится и сидит, не опираясь, становится на четвереньки, ухватившись за опору, становится на колени (8 мес.), встает, ухватившись за опору; переступает, поддерживаемый за руки (9 мес.), стоит самостоятельно; ходит, держась одной рукой (10 мес.), уверенно стоит без опоры, приседает; ходит, держась одной рукой, делает несколько шагов без опоры (11 мес.); ходит без поддержки, приседает, встает (12 мес.)
1–2 года	Ходит уверенно, наклоняется, чтобы достать предмет с пола. Останавливается, ходит в сторону и назад, бросает мяч. Короткое время стоит на одной ноге. Относит предмет на короткое расстояние. При легкой поддержке спускается вниз по лестнице, поднимается самостоятельно, прыгает на месте, крутит педали трехколесного велосипеда
2–3 года	Учится бегать, ходить на носках, сохранять равновесие на одной ноге. Сидит на корточках, спрыгивает с последней ступеньки
3–4 года	Бросает мяч из-за головы. Хватает катящийся мяч, спускается вниз по лестнице, используя попеременно ту или другую ногу. Прыгает на одной ноге. Стоит на одной ноге в течение 10 с. Сохраняет равновесие при качании на качелях
4–5 лет	Прыгает на одной ноге, ходит по бревну. Прыгает попеременно на одной, затем на другой ноге. Поднимается вверх по лестнице
5–6 лет	Хорошо прыгает, бегает, прыгает через веревочку, прыгает попеременно на одной и другой ноге; бегает на носках. Катается на двухколесном велосипеде, учится кататься на коньках, играть в хоккей

	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет
Двигательная активность: общие движения *Развитие общих двигательных способностей, таких как ходьба, бег и др.*	• Ходьба становится более скоординированной (ходить начинают примерно в 12 месяцев) • Бросать, толкать, пинать им еще трудно, хотя они и пытаются делать это • Начинают одеваться, обуваться сами (надевать туфельки, ботиночки, но пока не могут зашнуровать их)	• Спускаются по лестнице, поочередно меняя ножки • Бросают или бьют ногой по мячу • Прыгают на одной ножке	• Бросают, ловят и бьют ножкой мяч • Прыгают на одной ножке • Прыгают вперед и назад
Двигательная активность: мелкая моторика *Развитие точных физических движений, требующих мелких манипуляций. Дети пишут, рисуют, играют на инструментах*	• Рисуют круги, эллипсы без «каляк-маляк» • Строят из кубиков устойчивые конструкции • Начинают одевать кукол	• Собирают мелкие объекты • Рисуют вполне узнаваемую фигуру человека • Воспроизводят квадрат, треугольник круг и крест	• Используют карандаш • Рисуют человеческую фигуру в деталях • Копируют геометрические фигуры • Рисуют с чувством пропорции и расстояния • Учатся завязывать узлы

Тема 2.2. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.

ФОРМЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ:

Двигательная деятельность Игровая беседа с элементами движений Подвижные игры с правилами Подвижные дидактические игры физические и игровые упражнения Соревнования, полоролевые игры, физическая культура, физкультминутки	***Игровая деятельность*** Сюжетно - ролевые игры Игры с правилами Дидактические игры Театрализованные игры Пальчиковый театр Настольный театр
Трудовая деятельность Дежурство Трудовые поручения Совместная деятельность по уходу за ….	***Коммуникативная деятельность*** Беседа. Ситуативный разговор. Речевая ситуация Составление и отгадывание загадок Сюжетные игры, игры с правилами

Познавательно исследовательская деятельность **Наблюдение** **Экскурсия** **Решение проблемных ситуаций** **Экспериментирование** **Коллекционирование** **Моделирование** **Реализация проекта** **Сюжетные игры, игры с правилами**	**Восприятие художественной культуры** **Чтение** **Обсуждение** **Разучивание** **Ситуативный разговор с детьми**
Продуктивная деятельность Мастерская по изготовлению продуктов детского творчества Реализация проектов	Музыкально – художественная деятельность Слушание и исполнение музыкальных произведений Музыкально-дидактические игры





РАЗДЕЛ 3. Содержание программы физического воспитания дошкольников в течение учебного года и в летний период.

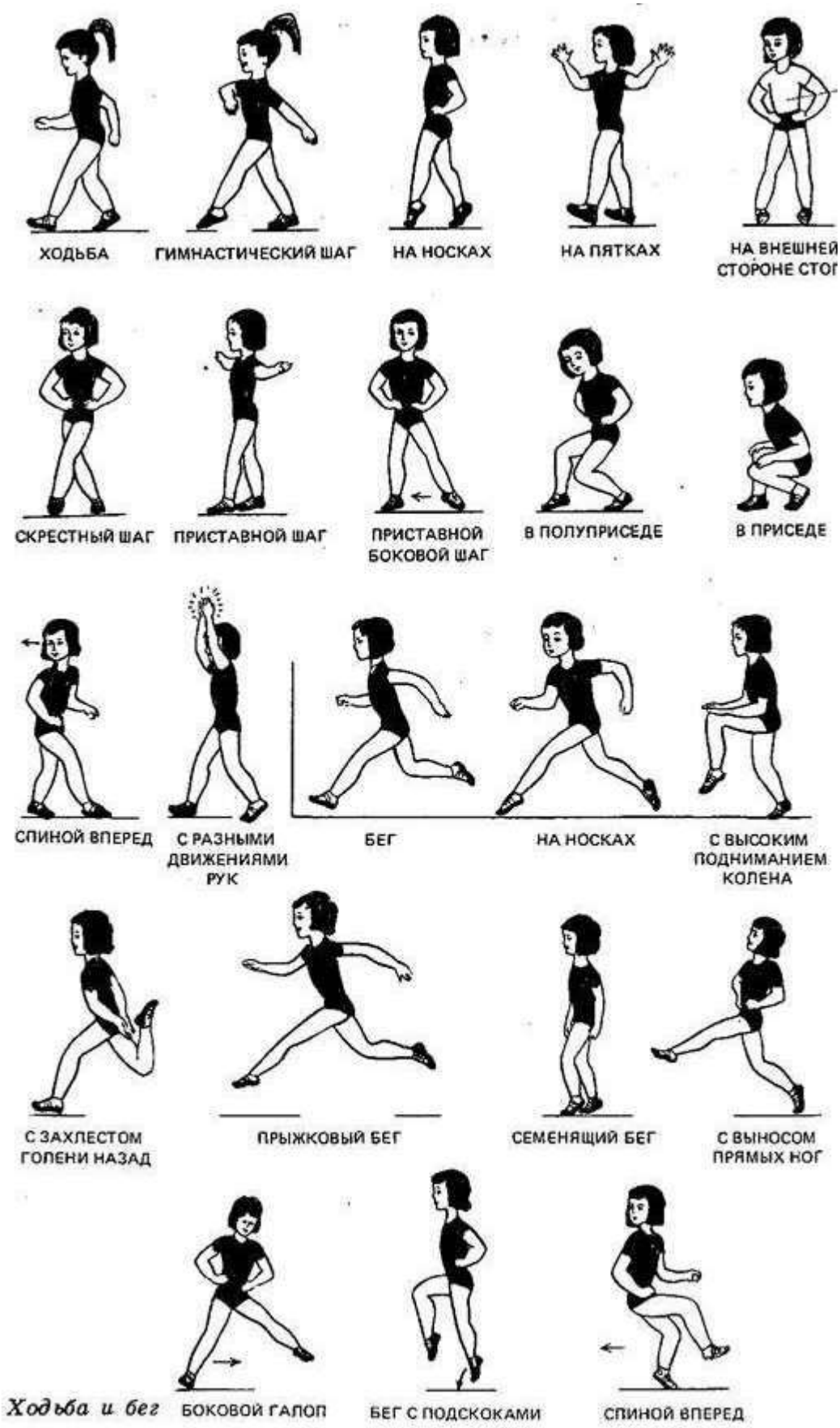
Тема 3.1. Гимнастика в детском саду. Строевые упражнения. Ходьба. Бег. Метание. Прыжки. Ползание и лазанье. Упражнения в равновесии. Общеразвивающие упражнения.

Гимнастика в детском саду представлена строевыми, общеразвивающими упражнениями, а также основными видами упражнений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).



СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ





Тема 3.2. Подвижные игры в детских образовательных организациях (методика проведения подвижных игр в разных возрастных группах). Спортивные упражнения (элементы спортивных игр). Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период.

- ***Подвижные игры*** — это сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность, обусловленная установленными правилами, которые помогают выявить конечный итог или количественный результат. В подвижной игре закрепляются двигательные навыки. По ходу игры возникает необходимость двигаться и действовать во внезапно изменяющихся ситуациях и решать двигательные задачи в кратчайшие сроки, проявляя такие физические качества, как быстроту, ловкость. Возникающие положительные эмоции позволяют ребенку с большим интересом и более длительное время выполнять физические упражнения, что усиливает их влияние на организм, способствует развитию выносливости. Выполнение правил игры вызывает у детей взаимообусловленность поведения, что содействует воспитанию нравственных качеств (взаимопомощь, сознательная дисциплина и др.). В игре представляется возможность проявить самостоятельность в выборе способа выполнения действия, находчивость, смекалку, выдержку и т. д. Указанные особенности игры позволяют широко использовать ее в разных возрастных группах.

Спорт предусматривает систематические занятия, направленные на достижение наивысших результатов, участие в соревнованиях.

Спорт предъявляет высокие требования к физическим и духовным силам человека, поэтому он доступен лишь с достижением определенного этапа возрастного развития и при условии соответствующей физической подготовленности.

С детьми дошкольного возраста используются лишь различные спортивные упражнения (лыжи, коньки, санки, велосипед, плавание и др.). Формируя основы техники этих наиболее доступных спортивных упражнений, решают главные задачи физического воспитания детей с учетом их возрастных особенностей.



- ***Туризм*** позволяет закреплять двигательные навыки и развивать физические качества в природных условиях. С детьми дошкольного возраста организуются прогулки с использованием различных способов передвижения (пешком, на лыжах, велосипеде и др.). В пути, на остановках могут применяться разнообразные физические упражнения (например, спрыгивание с пеньков, прыжки через канавку, прыжки со скакалкой, упражнения с мячом, подвижные игры и др.).

Организация работы на летний оздоровительный период

Цель:

Создание в дошкольном учреждении максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы в летний период , способствующей оздоровлению детского организма: социально - коммуникативному, познавательному, речевому, художественно - эстетическому развитию ребёнка.

Задачи:

•Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

•Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно - гигиенических и трудовых навыков.

•Обеспечить корректировку уровня достижения планируемых результатов образовательной работы, представленной в целевых ориентирах:

•Осуществить педагогическое и санитарное просвещение родителей по

•вопросам воспитания и оздоровления детей в ЛОП.

•Организовать содержательную досуговую деятельность детей в целях развития тв личности

Приоритетные направлениями работы на летний период :

•физкультурно- оздоровительная работа;

•культурно- досуговая деятельность.

MyShared

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. «ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ»	
Тема 1.1. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей	Определение подвижной игры как вида деятельности. Теории происхождения и развития игры. Естественнонаучные основы игровой деятельности. Игра и труд, их связь и различия. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру. Педагогическая группировка (классификация) подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Игры младшего, среднего и старшего школьного возраста. Анализ игрового материала школьных программ по физическому воспитанию. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.
Тема 1.2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр	Воспитывающий характер обучения. Реализация дидактических принципов в обучении подвижным играм. Основные задачи руководителя игры. Подготовка преподавателя к игре. Критерий выбора игры. Конспект игры, подготовка места, инвентаря, разметка площадки. Организация играющих: размещение играющих иместо руководителя во время объяснения игры. Выбор капитанов и помощников. Способы выбора водящего. Способы разделения на команды. Построение играющих в исходное положение для игры. Требования к рассказу игры, роль показа во время объяснения. Руководство процессом игры. Организация правильных действий игроков, развитие творческой

	инициативы. Наблюдение и контроль за выполнением правил. Равномерность нагрузки во время игры. Объективность судейства в подвижных играх. Продолжительность игры для учащихся различного возраста. Требования к окончанию игры. Подведение итогов игры, определение результатов игры. Оценка выполнения игровых действий всего коллектива и отдельных играющих.
Тема 1.3. Подвижные игры на школьном уроке физической культуры	Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе. Анализ материала по подвижным играм программы по физической культуре общеобразовательной школы. Содержание программного материала, распределение игр по четвертям, место игры на уроке физической культуры. Типы уроков с применением подвижных игр (примеры игрового, смешанного, тематического уроков). Особенности чередования подвижных игр с другими средствами физического воспитания.
РАЗДЕЛ 2. «ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ РАЗНОГО ВОЗРАСТА»	
Тема 2. 1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего школьного возраста.	Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 1-3 классов. «Класс, смирно!». «У ребят порядок строгий». «Быстро по местам». «Выставка картин». «Кто подходил». «Совушка». «Мяч соседу». «Передача мяча в колоннах над головой». «К своим флажкам». «Прыжки по полоскам». «Через кочки и пенечки». «Команда быстроногих». «Гуси-лебеди».«Два мороза». «Птицы и клетка». «Гонка мяча по кругу». «Бездомный заяц». «Пустое место». «Караси и щука». «Попрыгунчики-воробушки». «Волк во рву». «Пятнашки». «Кто дальше бросит». «Пингвин с мячом».
Тема 2. 2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми среднего школьного возраста.	Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 4-8 классов. «Вызов номеров». «Линейная эстафета с бегом». «Салки на одной ноге». «Эстафеты с прыжком в высоту». «Эстафеты с прыжком в длину». «Вьюны». «Подвижная цель». «Мяч среднему — 2-й вариант», «Метко в цель». «Перетягивание за черту». «Бой петухов». «Защита булав». «День и ночь». «Круговая лапта». «Выталкивание из круга». «Удочка». «Попади в мяч». «Бой петухов». «Снайперы». «Пионербол». «Перестрелка». «Эстафета с вызовом». «Эстафета баскетболистов». «Эстафета волейболистов». «Борьба за мяч» — простой вариант. «Перебежка с выручкой». «Тяни в круг». «Бег за флажками». «Метко в цель». «В четыре стойки». «Лыжники на местах». «Салки маршем». «Эстафеты на лыжах». «Старт за мячом». «Бросай-беги». «Бег за командами».
Тема 2.3. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста.	Методика проведения игр в различных классах школы (в связи с возрастными особенностями). Игры для учащихся 9-11 классов. В основном проводятся игры, подводящие к занятию спортом и для развития физических качеств. «Эстафета с чехардой». «Эстафета с палками и прыжками». «Встречные старты». «Будь лидером». «На горку и с горки».

	«Старт с преследованием». «Собери флажки». «Круговая эстафета», «Борьба за бровку». «Челнок». «Навстречу удочке». «Опереди свое время». «Город за городом». «В дальнюю зону». «Не оступись». «Кто выше». «Силачи». «От щита в поле». «Марш-бросок».
РАЗДЕЛ 3. «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ»	
Тема 3.1. Программы по подвижным играм по физической культуре в образовательных заведениях	Планирование, программы, типы уроков, подвижные игры. «Перетягивание через черту», «Бой петухов», «Сильные и ловкие», «Тяни в круг», «Перетягивание в шеренгах».
Тема 3.2. «Типы занятий с применением подвижных игр»	Игры и упражнения на воде: «Пятнашки маршем», «Бег за флажками», «Перебежки с выручкой».
РАЗДЕЛ 4. СОДЕРЖАНИЕ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ	
Тема 4.1. Организация соревнований по подвижным играм	Подвижные игры на переменах. «Горелки». «У медведя во бору». «Узнай по голосу». «Светофор». «Карусель». «Тропинка». «Западня». «Стоп!». «Не ошибись!». «Три движения». «Выставка картин». «Компас». «Класс, смирно!». «К своим флажкам!». Игры на воде. «Караси и карпы». «Водолазы». «Пятнашки с поплавками». «Достань до дна рукой». «Кто быстрей». «Поплавок». «Салки с мячом». «Морской бой». «Буря в море». «Торпеды». «Буксиры». «Акулыи дельфин». «Дельфины на охоте». «Волейбол в воде».
Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочной и внеклассной форме организации занятий	Игры для праздников и аттракционов. «Два стула и веревочка». «Меткий футболист». «Неуловимый шнур». «Вертуны». «Возьми булаву». «Подвижный ринг». «Танец папуасов». «Птицы и клетка». «Срезание призов». «Музыкальные змейки». «Посадка картошки». «Смена парами». «Третий лишний на прогулке». «Ходьба с биноклем». «Защищай товарища». «Муравейник». «Иголка и нитка». «Бездомный заяц». «Верный глаз». «Вращение обручей». «Набрасывание колец». Игры в оздоровительном лагере. «Школьная лапта». «Лапта в кругах». «Невидимки». «К флажку». «Ориентировка по слуху». «Погоня за лисицами». «Поиски пропавшей группы». «Следопыты». «Веселые старты». «Комический футбол». «Рейд в тыл врага». «Стой». «Борьба за флажки». «Эстафета связистов». «Кто разожжет костер». «Друг, дружок, уступи лужок».

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей

отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. «ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ»

Вопросы для самоподготовки

1. Теория происхождения и развитие подвижных игр.
2. Педагогические основы игры (оздоровительное, образовательное, воспитательное значение).
3. Отличие подвижных игр от спортивных.
4. Игровой метод. Его роль в педагогической практике.
5. Педагогическая группировка (классификация) подвижных игр.
6. Игры на школьном уроке физической культуры.
7. Применение игр в занятиях спортом.
8. Критерий выбора игры.
9. Подготовка руководителя к игре.
10. Подготовка играющего коллектива.
11. Способы разделения игроков на команды и их характеристика.
12. Способы выбора водящего и их характеристика.
13. Выборы помощников и капитанов в игре.
14. Требования к рассказу и порядок объяснения игры.
15. Роль и место показа.
16. Руководство игрой.
17. Дозировка и судейство игры.
18. Требования к окончанию и подведению итогов игры.

РАЗДЕЛ 2. «ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ РАЗНОГО ВОЗРАСТА»

Вопросы для самоподготовки

1. Воспитывающий характер обучения. Реализация дидактических принципов в обучении подвижным играм.
2. Методика организации и проведения подвижных игр в детском саду.
3. Характеристика игр школьников 1-3 классов.
4. Характеристика игр школьников 4-6 классов.
5. Характеристика игр школьников 7-8 классов.
6. Особенности проведения игр со школьниками 1-3х классов.
7. Особенности проведения игр со школьниками 4-6х классов.

8. Особенности проведения игр со школьниками 7-8х классов.
9. Характеристика раздела игр в школьной программе.
10.Игры типа перебежек.
11. Игры типа салок.
12. Игры типа эстафет и гонок.
13. Игры на сообразительность и внимание.
14. Игры с элементами прыжков.
15. Игры с метанием в неподвижную цель.
16. Игры с метанием в подвижную цель.
17. Игры с элементами силовой борьбы.
18. Подвижные игры с музыкальным сопровождением.
19. Игры с речитативом
20. Игры с элементами гимнастики.
21. Игры с элементами легкой атлетики.
22. Игры с элементами баскетбола.
23. Игры с элементами волейбола.
24. Игры с элементами футбола.
25. Игры в занятиях плаванием.

РАЗДЕЛ 3. «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ»

Вопросы для самоподготовки

1. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе, в режиме учебного дня.
2.Организация соревнований по подвижным играм.
3. Особенности проведения игр-эстафет.
4. Особенности проведения соревнований по подвижным играм.
5. Требования к организации подвижных перемен. Планирование проведения подвижных перемен.
6. Соревнования по подвижным играм. Документы планирования.
7. Значение подвижных игр в занятиях спортом. На примере одного.
8. История возникновения и развития соревнований «Веселые старты» в нашей стране.
9. Положение о проведении соревнований «Веселые старты».
10. Содержание и методика составления программы соревнований «Веселые старты».
11.Вопросы подготовки и организации соревнований «Веселые старты».
12.Методика судейства соревнований «Веселые старты». Состав судейской бригады и обязанности судей.
13. Варианты подсчета очков при проведении соревнований «Веселые старты».
14. Игры на переменах, школьных праздниках, спортивных секциях.
15. Подвижные игры в группах продленного дня.

РАЗДЕЛ 4. СОДЕРЖАНИЕ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ

Вопросы для самоподготовки

1. Особенности различия выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми разного школьного возраста.
2. Развитие творчества школьников в подвижных играх.
3. Приемы регулирования физической нагрузки в подвижной игре.
4. Развивающие игры физкультурной тематики для школьников (содержание, методика использования).
5.Объяснение и показ преподавателем приемов обучения подвижным играм.
6.Обоснование необходимости проведения физкультурных минуток в младшем школьном возрасте. Вариативность их содержания.

7. Содержание и варианты проведения подвижных игр на прогулке.
8. Личностная направленность физкультурно-
оздоровительной работы сошкольниками (развитие волевой активности и самостоятельност и детей).
9. Новые технологии оздоровительной работы со школьниками старшего возраста на основе подвижных игр.
10. Игры на местности.
11. Игры аттракционы.
12. Игры во внеурочных формах работы.
13. Игры во внешкольных формах работы с детьми.
14. Игры в системе оздоровительной и физкультурно-массовой работы с населением.
15.Развивающая физкультурнооздоровительная среда школьного учреждения (перечень физ культурного оборудования и инвентаря,
особенности его расположения в физкультурном зале и на спортивной площадке).

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с

инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что

многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца –

1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ

Направление подготовки
«44.03.01 Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ АНАТОМИИ. ОСТЕОЛОГИЯ.	
Тема 1. Основы анатомии человека. Строение клеток и тканей. Теоретическая анатомия костной системы. Возрастные изменения.	Анатомия как наука. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук. Методологические основы анатомии. Классификация морфологических (анатомических) и спортивно-морфологических наук. Проблема целостности организма человека. Основные свойства организма человека. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития. Организм и среда. Понятие об адаптации и преадаптации. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека. Факторы, обусловливающие эффект адаптационных реакций: доза (интенсивность) воздействия, однократность и многократность действия, реакция организма. Понятие о норме реакции организма (его реактивности). Факторы, определяющие норму реакции. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации. Цитология. Строение стволовой соматической клетки. Разновидности клеток, особенности, функции. Жизненный цикл клетки. Гистология. Разновидности тканей организма человека. Особенности строения и развития.

	Органы, системы и аппараты органов. Принципы разграничения систем и аппаратов. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека. Основные функциональные системы организма. Понятие о скелете и его функциях. Кость как составная часть скелета. Строение кости. Костная ткань. Особенности строения клеточных элементов и межклеточного вещества. Пластинчатая костная ткань. Особенности их строения и расположения. Остеон - структурная единица компактного вещества трубчатой кости. Грубоволокнистая костная ткань. Регенерация костной ткани. Надкостница. Компактное и губчатое вещество. Особенности строения трубчатых, плоских, губчатых, смешанных и воздухоносных костей. Костный мозг и его функциональное значение. Форма костей и ее связь с выполняемой функцией. Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения. Понятие об эндесмальном, перихондральном и энхондральном видах окостенения. Рост костей в длину и толщину. Внешние и внутренние факторы роста, развития и старения костей. Влияние механических нагрузок на интенсивность роста костей. Функциональные особенности роста кости. Основные закономерности функциональной обусловленности роста и строения костей. Значение нормы реакции в адаптации костей у спортсменов. Общая и местная морфологическая перестройка костей. Изменение химического состава костей. Перестройка остеонной структуры костей. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.
Тема 2: Кости черепа и туловища, кости верхней и нижней конечностей.	Общая характеристика черепа и его отделов. Кости мозгового отдела черепа. Особенности строения костей черепа. Непарные кости мозгового отдела черепа: затылочная, клиновидная, лобная, решетчатая. Парные кости мозгового отдела черепа: теменная и височная. Кости лицевого отдела черепа: парные - верхняя челюсть, скуловая, небная, носовая, слезная, нижняя носовая раковина; непарные - сошник, нижняя челюсть, подъязычная кость. Череп как целое. Основание черепа. Возрастные и половые особенности черепа. Проекция частей черепа на наружную поверхность головы. Позвоночный столб. Позвоночный столб как целое. Отделы позвоночного столба. Общий план строения позвонка. Особенности строения шейных, грудных и поясничных позвонков. Строение крестца и копчика. Функции позвоночного столба. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь

	с осанкой человека. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях. Грудная клетка. Грудная клетка как целое. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки. Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верхняя конечность. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица. Отделы свободной верхней конечности и их кости: плечо (плечевая кость), предплечье (локтевая и лучевая кости) и кисть, которая в свою очередь, разделяется на запястье (8 коротких губчатых костей), пясть (5 коротких трубчатых костей) и фаланги пальцев (I палец - 2 фаланги; II-V пальцы - по 3 фаланги). Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности. Проекция костных образований верхней конечности на поверхность тела человека. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость. Отделы свободной нижней конечности и их кости: бедро (бедренная кость), голень (большеберцовая и малоберцовая кости) и стопа, у которой выделяют предплюсну (7 костей), плюсну (5 костей) и фаланги пальцев. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности. Проекция скелетных образований нижней конечности на поверхность тела человека. Соединения костей пояса нижней конечности. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности таза.
РАЗДЕЛ 2. АРТРОЛОГИЯ	
Тема 1: Соединение костей черепа и туловища.	Классификация соединений костей черепа и лица. Синдесмозы (швы) и суставы (височно-нижнечелюстные) черепа. Движения в соединениях костей черепа. Синхондрозы. Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы). Соединения позвонков: соединения тел, дуг и отростков позвонков. Межпозвоночные диски и их строение. Межпозвоночные суставы. Связочный аппарат позвоночного столба. Соединение позвоночного столба с черепом. Соединение крестца с копчиком. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом. Механизм движения ребер. Реберные дуги. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта. Рентгеноанатомия соединений костей туловища. Движения позвоночного столба.
Тема 2: Соединения костей верхней и нижней конечностей.	Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение. Грудино-ключичный и акромиально-ключичный суставы. Оси вращения и движения в этих суставах. Соединения пояса верхней

	конечности со свободной верхней конечностью - плечевой сустав; соединение плеча с предплечьем - локтевой сустав; соединение костей предплечья между собой; соединение предплечья с кистью - лучезапястный сустав; соединения костей кисти между собой. Особенности строения, оси вращения и движения в перечисленных выше суставах. Особенности строения суставов и связочного аппарата кисти, ее твердая основа. Соединения костей пояса нижней конечности: крестцово-подвздошный сустав, лобковый симфиз. Связочный аппарат. Таз в целом. Тазобедренный, коленный и голеностопный суставы, их строение. Форма суставных поверхностей, суставная капсула, суставная полость, связочный аппарат, оси вращения и движения; их особенности в строении. Соединения костей голени. Особенности строения суставов и связочного аппарата стопы; таранно-пяточно ладьевидный, подтаранный сустав, предплюстно-плюсневые, плюснофаланговые и межфаланговые суставы. Оси вращения и движения стопы. Твердая основа стопы. Продольный и поперечный своды стопы. Активные и пассивные затяжки сводов стопы. Факторы, способствующие укреплению сводов стопы. Предупреждение плоскостопия.
РАЗДЕЛ 3. АНАТОМИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА. МИОЛОГИЯ. ОБЩАЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ АНАТОМИЯ МЫШЦ. МЫШЦЫ ГОЛОВЫ, ШЕИ И ТУЛОВИЩА.	
Тема 1: Скелетные мышцы. Общая и функциональная анатомия мышц. Мышцы головы, шеи и туловища.	Мышечное волокно (мион) - основной элемент поперечнополосатой (скелетной) мышечной ткани, его форма и размеры. Соединительный (система миофибрилл), трофический (совокупность ядерно-саркоплазматических структур), мембранный (Т-система), опорный (оболочка мышечного волокна — сарколемма, Z- и М—полоски) и нервный (моторные бляшки, чувствительные элементы), аппараты мышечного волокна. Белки миофибрилл. Структурные основы сокращения мышечного волокна. Типы мышечных волокон, красные, белые и переходного типа. Их структурно-функциональная характеристика, значимость типирования мышечных волокон в практике спорта. Двигательные единицы (большие и малые) и их функции. Самообновление и рост мышечной массы. Форма мышц: длинные, короткие, широкие, веерообразные и кольцеобразные. Сильные и ловкие мышцы. Связь формы мышц с выполнением функций. Строение мышц. Эндомизий, перимизий и собственная фасция мышц. Части мышцы. Вспомогательный аппарат мышц и его функциональное значение. Кровоснабжение и иннервация мышц. Места начала и прикрепления мышц. Функциональная характеристика мышц: состояние мышц, тонус мышц. Сила мышц и факторы ее определяющие. Абсолютная, относительная и удельная сила мышц. Величина укорочения. Мышцы одно-, дву-,

	многосуставные. Парадоксальное действие мышц. Цепь звеньев. Мышцы-антагонисты и синергисты. Мышцы головы и шеи. Морфофункциональные характеристики мышц головы. Мимические мышцы, их положение и функции, особенности прикрепления. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях нижней челюсти: поднимании, опускании; в движениях вперед, назад и в стороны. Жевательные мышцы. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы. Мышцы шеи: поверхностные мышцы, фиксирующиеся на подъязычной кости, и глубокие. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях головы: наклонах вперед, назад, движениях в стороны и поворотах. Функции мышц шеи при различных видах опоры. Топографические образования шеи - сонный и подчелюстной треугольники. Фасции шеи. Мышцы туловища. Мышцы, обеспечивающие движения туловища. Краткий обзор мышц туловища по областям: мышцы спины, груди, шеи, живота. Мышцы, участвующие в разгибании туловища, их расположение, места начала и прикрепления. Функции мышц спины при различных видах опоры. Мышцы, осуществляющие сгибания и разгибания в шейном и поясничном отделах позвоночного столба. Мышцы живота, их расположение, места фиксации. Слабо защищенные места брюшной стенки. Мышцы, участвующие в наклонах и ротации туловища. Демонстрация проекции мышц и состояний мышечных групп при движениях туловища на натурщике.
Тема2. Мышцы верхней и нижней конечностей.	Движения свободной верхней конечности. Краткий обзор мышц свободной верхней конечности по их форме, направлению волокон, месту положения, началу и прикреплению. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе: сгибатели и разгибатели, отводящие и приводящие, пронирующие и супинирующие. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях предплечья: сгибатели и разгибатели, пронирующие и супинирующие предплечье. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть. Функциональные группы мышц большого пальца и мизинца и средняя ладонная группа мышц. Находить на препарате и натурщике подмышечную впадину, медиальную и латеральную головки двуглавой борозды, локтевую ямку и др. Движения бедра и голени. Краткий обзор мышц нижней конечности по их форме, направлению волокон, месту положения, начала и прикрепления. Демонстрация на препарате функциональных групп мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании,

	разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации; функциональных групп мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации. Движения стопы. Оси вращения и движения вокруг каждой оси. Расположение и проекция мышц, идущих с голени на стопу. Демонстрация и изучение функциональных групп мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации; мышц, участвующих в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении. Мышцы, поддерживающие своды стопы. Фасции, межмышечные перегородки. Топографические образования нижней конечности и их функциональное значение. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы
РАЗДЕЛ 4. СТРОЕНИЕ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ. СПЛАНХНОЛОГИЯ	
Тема 1: Анатомия пищеварительной системы. Анатомия дыхательной системы.	Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение. Пищеварительный канал, пищеварительные железы. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение. Собственно, полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы. Глотка, её положение и строение. Функциональное значение отделов глотки. Лимфоидное глоточное кольцо. Функциональное значение миндалин. Механизм акта глотания. Мышцы глотки. Пищевод, его части, положение, строение стенки, сужения пищевода. Желудок, его положение, форма, отделы. Строение стенки желудка, железы желудка. Сфинктер. Тонкая кишка, её отделы, их положение, складки, их строение, кишечные железы и ворсинки, механизмы всасывания веществ в тонкой кишке. Мышечная и серозная оболочки. Толстая кишка, её отделы, их положение. Строение стенки толстой кишки. Морфологические отличия толстой кишки от тонкой. Особенности строения прямой кишки. Слюнные железы, их расположение и функции. Печень. Её положение и проекция на наружную поверхность тела человека. Внешнее строение печени: поверхности, края, доли, связки и ворота печени. Функция печени. Внутреннее строение печени. Особенности кровоснабжения печени. Чудесная венозная сеть. Сегменты печени. Печёночная долька. Желчный пузырь, его положение, строение и функции. Функции желчи. Пути выведения желчи. Поджелудочная железа. Её положение, строение и функции. Внешнесекреторная и внутрисекреторная часть железы. Брюшина. Париетальный и висцеральный листки

	брюшины. Полость брюшины. Отношение внутренних органов к брюшине. Образования брюшины: брыжейки, связки, сальники. Функциональное значение брюшины. Общая характеристика органов дыхания. Филогенез дыхательной системы. Дыхательные пути и легкие. Особенности строения воздухоносных путей. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение. Глотка как воздухоносный путь. Функциональное значение гортани и ее хрящей. Механизм голосообразования. Голосовая щель. Полость гортани. Мышцы гортани: расширяющие голосовую щель, суживающие голосовую щель и изменяющие натяжение голосовых связок. Трахея и бронхи. Принцип образования бронхиального дерева. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.
Тема 2: Анатомия выделительной и репродуктивной систем	Мочеполовая система. Мочевые органы. Происхождение. Функциональное значение органов выделения. Общий обзор мочевых органов. Внутреннее строение почки: корковое и мозговое вещество. Сегменты почки. Строение нефрона. Особенности кровоснабжения почки. Чудесная артериальная сеть. Механизм образования мочи (первичной и вторичной). Особенности строения стенки мочевыводящих путей. Почка, положение и форма, почечные ворота и почечная пазуха. Внутреннее строение почки - корковое и мозговое вещество; строение нефроиа и его функциональное значение. Фиксирующий аппарат почки. Почечная лоханка и мочеточник, их положение, строение и функция; мочевой пузырь, его положение, строение и функция. Ммужские половые органы: яичко, придаток, семявыносящий проток, семенной канатик, семенной пузырек, предстательная железа, семявыбрасывающий проток- их положение, строение и функциональное значение. Женские половые органы, их состав, строение и функциональное значение. Матка, маточные трубы. Яичник, его положение и функциональное значение. Связочный аппарат матки.
РАЗДЕЛ 5. ЛИМФОЛОГИЯ, ЭНДОКРИНОЛОГИЯ	
Тема 1: Анатомия кровеносной системы.	Общий обзор сосудистой системы. Функции кровеносной системы. Классификация сосудов. Строение стенок кровеносных сосудов. Отличия артерий и вен. Артерии мышечного и эластического типов. Внеорганные и внутриорганные сосуды. Капилляры. Пути микроциркуляции крови: артериола, прекапилляр, капилляр, посткапилляр и вынула. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный. Общие закономерности хода и ветвлений артерий. Формирование венозного русла. Функции внутриорганного кровообращения. Венозные синусы.

	Понятие об анастомозах и коллатеральном кровообращении. Сердце. Форма, положение, поверхности, края и границы сердца. Фиброзный остов сердца. Мышечная ткань сердца, её отличия от скелетной мускулатуры. Кардиомиоцит и его структурные компоненты, регенерация кардиомиоцитов. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард, перикард. Особенности строения миокарда предсердий и желудочков. Отделы сердца – предсердия и желудочки, их строение и функции. Правое и левое предсердно-желудочковые отверстия. Клапанный аппарат сердца, его положение, строение и функции. Сосочковые мышцы и сухожильные струны. Сосуды, выносящие кровь из сердца (аорта и легочный ствол). Сосуды, приносящие кровь в сердце (верхняя и нижняя полые вены). Кровоснабжение и иннервация сердца. Характеристика специфической (проводящей импульсы) мышечной ткани сердца. Проводящая система и её функциональное значение.
РАЗДЕЛ 6. АНГИОЛОГИЯ.	
Тема 1. Лимфатическая и иммунная система	Органы иммуногенеза. Вилочковая железа, её расположение, строение и функции; красный костный мозг; селезенка, её расположение, внешнее и внутреннее строение. Кровоснабжение и функции этих органов. Их участие в иммунитете. Миндалины, групповые и одиночные лимфатические узелки, их местонахождение, строение и функции. Общий обзор лимфатической системы и её функции. Функциональная связь лимфатической системы с кровеносной. Отличие этих систем. Лимфатические капилляры. Лимфатические сосуды, лимфатические стволы и лимфатические протоки, особенности их строения и функции. Грудной проток и правый лимфатический проток, их положение и строение. Лимфатические узлы. Лимфатические сосуды и узлы отдельных областей тела: головы и шеи, верхней конечности, нижней конечности, области таза и туловища. Строение лимфатического узла. Состав лимфы, её продвижение. Значение знаний лимфатической системы для теории и практики массажа. Функциональное значение органов иммуногенеза. Лимфатические узлы. Характеристика эндокринной системы. Отличие желез внутренней секреции от внешней. Регуляция функций организма и общее понятие о нейроэндокринных связях (гипоталамо-гипофизарная система). Общая характеристика действий гормонов. Классификация желез эндокринной системы. Эмбриогенез различных желез. Функции конкретных гормонов в организме человека. Влияние гормонов на рост и развитие детей и подростков. Возрастные изменения эндокринных органов. Влияние физических нагрузок на деятельность органов внутренней секреции.

РАЗДЕЛ 7.НЕВРОЛОГИЯ, ЭСТЕЗИОЛОГИЯ	
Тема 1: Нервная система	Общий план строения и классификации нервной системы. Интегрирующая и координирующая - функции нервной системы. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов. Классификация рецепторов. Анатомия рефлекторной дуги. Понятие об анализаторе и сенсорных системах. Общий принцип сенсорно-моторной иннервации мышцы. Спинной мозгПоложение и строение спинного мозга. Сегмент спинного мозга и его составные элементы. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства между оболочками и их характеристика. Фиксирующий аппарат спинного мозга. Структурно-функциональная организация головного мозга. Общий план строения головного мозга. Его отделы. Система желудочков мозга и оболочки мозга. Циркуляция спинномозговой жидкости. Кора полушарий и её строение. Локализация корковых концов анализаторов в коре мозга. Функциональное значение коры. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Боковые желудочки мозга, их сообщения. Сосудистые сплетения желудочков. Спинномозговая жидкость. Мозолистое тело. Оболочки мозга. Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы. Чувствительные пути. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей. Ассоциативные, коммисуральные и проекционные пути. Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы. Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы. Адаптационно-трофическая функция вегетативной нервной системы и её значение для спортсменов; регуляции постоянства внутренней среды (гомеостаза) во взаимодействии с эндокринными и гуморальными влияниями.
Тема 2: Система органов чувств	Морфофункциональная характеристика органов чувств. Значение учения И.П. Павлова в развитии морфологических знаний об анализаторах. Схема строения анализатора (сенсорной системы). Функциональное единство периферической, проводниковой и корковой частей анализатора. Орган зрения. Глазное яблоко и его оболочки: фиброзная, сосудистая и сетчатая, их строение и

	функциональное значение. Рецепторный аппарат сетчатки. Камеры глазного яблока. Прозрачные (светопреломляющие) среды глаза. Водянистая влага, хрусталик, стекловидное тело. Аккомодационный аппарат глаза. Вспомогательные аппараты глаза: мышцы, веки, конъюнктива и слезный аппарат. Сосуды и нервы глазного яблока. Ход зрительной информации. Преддверно-улитковый орган. Наружное ухо: ушная раковина, наружный слуховой проход, барабанная перепонка. Среднее ухо: барабанная полость, слуховые косточки, слуховая труба, ячейки сосцевидного отростка. Внутреннее ухо: костный и перепончатый лабиринты. Вестибулярный аппарат. Рецепторы, проводящие пути и центры вестибулярного анализатора. Значение вестибулярного аппарата в движениях спортсмена. Звукопроводящий и звуковоспринимающий аппараты. Спиральный орган. Механизм восприятия звука. Ход слуховой информации: рецепторы, проводящие пути, корковые и подкорковые центры слухового анализатора.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность людей (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода

инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного

оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим (семинарским) занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ АНАТОМИИ. ОСТЕОЛОГИЯ.

Вопросы для самоподготовки:

1. Методологические основы анатомии.
2. Содержание анатомии и ее место среди биологических наук.
3. Строение тела человека во взаимосвязи с его функциями в процессе индивидуального и исторического развития.
4. Основные свойства организма человека.
5. Морфофункциональная система движений и ее компоненты: органы систем исполнения, обеспечения, управления и регуляции движений человека.
6. Организм и среда.
7. Понятие о норме реакции организма (его реактивности).
8. Факторы, определяющие норму реакции.
9. Современные представления о целостности организма и уровнях его структурной организации.
10. Сходство и различия клеток организма человека. Жизненный цикл.
11. Особенности строения тканей организма человека.
12. Принципы разграничения систем и аппаратов.
13. Понятие «функциональная система». Органы (системы, аппараты) исполнения, обеспечения и регуляции движений человека.
14. Основные функциональные системы организма, их взаимосвязь. Работа функциональных систем в процессе онтогенеза человека.
15. Понятие о скелете и его функциях.
16. Кость как составная часть скелета.
17. Строение кости.
18. Костная ткань. Пластинчатая костная ткань. Грубо-волокнистая костная ткань. Компактное и губчатое вещество.
19. Развитие и рост костей. Первичные и вторичные точки окостенения.
20. Рост костей в длину и толщину.
21. Общая и местная морфологическая перестройка костей. Перестройка остеонной структуры костей.
22. Изменение компактного вещества, губчатого вещества, костномозговой полости.
23. Адаптационные изменения черепа, туловища (позвоночного столба, ребер), костей верхней и нижней конечностей у спортсменов.
24. Возрастные изменения химического состава и механических свойств костей.
25. Общая характеристика черепа и его отделов.
26. Кости лицевого отдела черепа: парные - верхняя челюсть, скуловая, небная, носовая, слезная, нижняя носовая раковина; непарные - сошник, нижняя челюсть, подъязычная кость.
27. Череп как целое.
28. Возрастные и половые особенности черепа.
29. Позвоночный столб.
30. Общий план строения позвонка. Функции позвоночного столба
31. Строение крестца и копчика. Физиологические изгибы позвоночного столба, их функциональные значения и связь с осанкой человека.

32. Движения позвоночного столба. Изменения изгибов позвоночного столба при его движениях.
33. Грудная клетка. Строение ребер и грудины. Истинные и ложные ребра. Форма грудной клетки и угол Шарли. Возрастные и половые особенности грудной клетки.
34. Отделы верхней конечности: пояс верхней конечности и свободная верх¬няя конечность.
35. Кости пояса верхней конечности: лопатка и ключица.
36. Отделы свободной верхней конечности и их кости:
37. Местоположение и строение костей пояса верхней конечности и свободной верхней конечности.
38. Отделы нижней конечности: пояс нижней конечности и свободная нижняя конечность. Пояс нижней конечности - тазовая кость.
39. Отделы свободной нижней конечности и их кости.
40. Строение костей пояса нижней конечности (тазовой кости) и свободной нижней конечности.
41. Таз как целое. Большой и малый таз, его границы. Возрастные и половые особенности

РАЗДЕЛ 2. АРТРОЛОГИЯ

Вопросы для самоподготовки:

1. Классификация соединений костей черепа и лица.
2. Непрерывные (синартрозы) и прерывные (диартрозы).
3. Межпозвоночные суставы.
4. Связочный аппарат позвоночного столба.
5. Искривления (сколиозы) позвоночного столба, их формирование и функциональное значение.
6. Соединения ребер с грудиной и позвоночным столбом.
7. Формы грудной клетки у спортсменов по видам спорта.
8. Соединения костей пояса верхней конечности, их функциональное назначение.
9. Соединения пояса верхней конечности со свободной верхней конечностью.
10. Особенности строения, оси вращения и движения в суставах пояса верхней конечности.
11. Особенности строения суставов и связочного аппарата кисти, ее твердая основа.
12. Связочный аппарат.
13. Таз в целом.
14. Форма суставных поверхностей, суставная капсула, суставная полость, связочный аппарат, оси вращения и движения; их особенности в строении.
15. Соединения костей голени. Твердая основа стопы.
16. Активные и пассивные затяжки сводов стопы.

РАЗДЕЛ 3. АНАТОМИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА. МИОЛОГИЯ. ОБЩАЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ АНАТОМИЯ МЫШЦ. МЫШЦЫ ГОЛОВЫ, ШЕИ И ТУЛОВИЩА.

Вопросы для самоподготовки:

1. Поперечнополосатая мышечная ткань. Белки миофибрилл.
2. Саркомер. Протофибриллы, их разновидности и состав.
3. Структурные основы сокращения мышечного волокна.
4. Самообновление и рост мышечной массы.
5. Функции мышц. Форма мышц: длинные, короткие, широкие, веерообразные и кольцеобразные. Сильные и ловкие мышцы. Связь формы мышц с выполнением

функций.

6. Части мышцы. Вспомогательный аппарат мышц и его функциональное значение. Кровоснабжение и иннервация мышц.
7. Места начала и прикрепления мышц.
8. Мышцы головы и шеи. Морфофункциональные характеристики мышц головы.
9. Проекция мимических и жевательных мышц на поверхность головы.
10. Мышцы шеи: поверхностные мышцы, фиксирующиеся на подъязычной кости, и глубокие.
11. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях головы: наклонах вперед, назад, движениях в стороны и поворотах.
12. Мышцы туловища. Мышцы, обеспечивающие движения туловища. Мышцы, участвующие в разгибании туловища, их расположение, места начала и прикрепления.
13. Мышцы живота, их расположение, места фиксации. Слабо защищенные места брюшной стенки.
14. Дыхательные мышцы. Расположение диафрагмы у детей и взрослых, подвижность диафрагмы.
15. Функции диафрагмы (респираторная, кардиоваскулярная и прессорная).
16. Мышцы вдоха и мышцы выдоха (основные и вспомогательные).
17. Брюшной пресс. Мышцы, участвующие в образовании брюшного пресса.
18. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях плеча в плечевом суставе: сгибатели и разгибатели, отводящие и приводящие, пронирующие и супинирующие.
19. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях предплечья: сгибатели и разгибатели, пронирующие и супинирующие предплечье.
20. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.
21. Функциональные группы мышц, участвующие в движениях кисти и пальцев: сгибатели и разгибатели кисти и пальцев, мышцы, отводящие и приводящие кисть.
22. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
23. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.
24. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
25. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении.
26. Мышцы, поддерживающие своды стопы.
27. Фасции, межмышечные перегородки. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы.
28. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях бедра в тазобедренном суставе: в сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
29. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях голени в коленном суставе: в сгибании, разгибании, пронации и супинации.
30. Функциональные группы мышц, участвующих в движениях стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении, пронации и супинации;
31. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы: сгибании, разгибании, отведении, приведении.
32. Мышцы, поддерживающие своды стопы.
33. Фасции, межмышечные перегородки. Связки - удерживатели мышц сгибателей и разгибателей стопы.

РАЗДЕЛ 4. СТРОЕНИЕ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ. СПЛАНХНОЛОГИЯ

Вопросы для самоподготовки:

1. Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение.
2. Пищеварительный канал, пищеварительные железы.
3. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта.
4. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение.
5. Собственно, полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.
6. Глотка, её положение и строение.
7. Лимфоидное глоточное кольцо.
8. Механизм акта глотания. Мышцы глотки.
9. Слюнные железы, их расположение и функции.
10. Печень. Её положение и проекция на наружную поверхность тела человека.
11. Особенности кровоснабжения печени.
12. Желчный пузырь, его положение, строение и функции.
13. Общая характеристика органов дыхания.
14. Дыхательные пути и легкие.
15. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение.
16. Глотка как воздухоносный путь.
17. Трахея и бронхи.
18. Принцип образования бронхиального дерева.
19. Функциональное значение гортани и ее хрящей.
20. Функции легких и механизм газообмена в легких. Ацинус.
21. Мочеполовая система.
22. Внутреннее строение почки: корковое и мозговое вещество.
23. Сегменты почки. Строение нефрона.
24. Особенности строения стенки мочевыводящих путей.
25. Почка, положение и форма, почечные ворота и почечная пазуха.
26. Строение нефрона и его функциональное значение.
27. Фиксирующий аппарат почки.
28. Почечная лоханка и мочеточник, их положение, строение и функция; мочевой пузырь, его положение, строение и функция.
29. Строение женской репродуктивной системы.
30. Строение мужской репродуктивной системы.

РАЗДЕЛ 5. ЛИМФОЛОГИЯ, ЭНДОКРИНОЛОГИЯ

Вопросы для самоподготовки:

1. Функции кровеносной системы.
2. Классификация сосудов.
3. Строение стенок кровеносных сосудов.
4. Внеорганные и внутриорганные сосуды.
5. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный.
6. Общие закономерности хода и ветвлений артерий.
7. Формирование венозного русла.
8. Сердце. Форма, положение, поверхности, края и границы сердца.
9. Мышечная ткань сердца, её отличия от скелетной мускулатуры.
10. Строение стенки сердца: эндокард, миокард, эпикард, перикард.
11. Особенности строения миокарда предсердий и желудочков.
12. Отделы сердца – предсердия и желудочки, их строение и функции.

РАЗДЕЛ 6. АНГИОЛОГИЯ.

Вопросы для самоподготовки:

1. Органы иммуногенеза.
2. Вилочковая железа, её расположение, строение и функции;
3. Красный костный мозг;
4. Селезенка, её расположение, внешнее и внутреннее строение.
5. Миндалины, групповые и одиночные лимфатические узелки, их местонахождение, строение и функции.
6. Общий обзор лимфатической системы и её функции.
7. Лимфатические капилляры.
8. Лимфатические сосуды, лимфатические стволы и лимфатические протоки, особенности их строения и функции.
9. Грудной проток и правый лимфатический проток, их положение и строение.

Лимфатические узлы.

10. Строение лимфатического узла. Состав лимфы, её продвижение.
11. Характеристика желез внутренней секреции.
12. Отличие желез внутренней секреции от желез внешней секреции.
13. Гормоны. Характеристика. Классификация.
14. Механизм действия отдельных гормонов.
15. Значение гипоталамуса и гипофиза в регуляции деятельности эндокринной системы.

РАЗДЕЛ 7.НЕВРОЛОГИЯ, ЭСТЕЗИОЛОГИЯ

Вопросы для самоподготовки:

1. Общий план строения и классификации нервной системы.
2. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы.
3. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов.
4. Спинной мозг. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства между оболочками и их характеристика.
5. Структурно-функциональная организация головного мозга.
6. Система желудочков мозга и оболочки мозга.
7. Кора полушарий и её строение.
8. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Оболочки мозга.
9. Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы.
10. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей.
11. Ассоциативные, коммисуральные и проекционные пути.
12. Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы.
13. Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической.
14. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.
15. Общий план строения и классификации нервной системы.
16. Отделы и функциональное значение центральной и периферической нервной системы.
17. Нейрон как структурно-функциональная единица нервной системы. Классификация нейронов.
18. Спинной мозг. Оболочки спинного мозга: твердая, паутинная, сосудистая. Пространства

между оболочками и их характеристика.
19. Структурно-функциональная организация головного мозга.
20. Система желудочков мозга и оболочки мозга.
21. Кора полушарий и её строение.
22. Базальные ядра основания мозга, их положение и функциональное значение. Оболочки мозга.
23. Теоретическая анатомия проводящих путей центральной нервной системы.
24. Проводящие пути ЦНС и их участие в формировании рефлекторных дуг. Классификация чувствительных проводящих путей.
25. Ассоциативные, коммисуральные и проекционные пути.
26. Общая характеристика вегетативной нервной системы. Ее роль в регуляции функций организма. Части вегетативной нервной системы.
27. Морфофункциональные отличия вегетативной нервной системы (симпатической и парасимпатической) от соматической.
28. Симпатическая часть вегетативной (автономной) нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы.
29. Строение анализатора зрения.
30. Строение анализатора слуха.
31. Строение вестибулярного анализатора.
32. Строение кожного анализатора.
33. Строение анализатора обоняния.
34. Пищеварительный тракт. Общая характеристика органов пищеварительной системы и её функциональное значение.
35. Пищеварительный канал, пищеварительные железы.
36. Полость рта. Преддверие рта: ротовая щель, стенки преддверия рта.
37. Зубы. Молочные и постоянные зубы, их строение.
38. Собственно полость рта. Стенки ротовой полости. Язык. Мягкое небо. Зев. Кольцо Пирогова. Слюнные железы.
39. Глотка, её положение и строение.
40. Лимфоидное глоточное кольцо.
41. Дыхательные пути и легкие.
42. Полость носа. Носовые ходы, их строение и функциональное значение.
43. Глотка как воздухоносный путь.
44. Трахея и бронхи.
45. Принцип образования бронхиального дерева.
46. Внеорганные и внутриорганные сосуды.
47. Круги кровообращения и их функциональное значение: большой, малый, сердечный.
48. Общие закономерности хода и ветвлений артерий.
49. Формирование венозного русла.
50. Классификация сосудов.
51. Строение стенок кровеносных сосудов.
52. Лимфатические сосуды и узлы отдельных областей тела (по Д.А. Жданову): головы и шеи, верхней конечности, нижней конечности, области таза и туловища.
53. Значение знаний лимфатической системы для теории и практики массажа.
54. Возрастные изменения эндокринных органов.
55. Фиксирующий аппарат спинного мозга.
56. Функциональное значение коры головного мозга.

1.3. Методические материалы по подготовке к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Лабораторные занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Лабораторное занятие

предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких работ.

Цель лабораторных занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на лабораторных занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач лабораторные занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Возрастная физиология (модуля)»* предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

− знакомит с новым учебным материалом;

− разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;

− систематизирует учебный материал;

− ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

− внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;

− ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также

указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует

условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной

негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:
- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом с оценкой. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для дифференцированного зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания

0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПЛАВАНИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами,

сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО - ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЛАВАНИЯ	
Тема 1.	Плавание - жизненно важный навык. Врожденный плавательный рефлекс. Плавание как двигательное действие. Оздоровительное значение плавания. Прикладное значение плавания. Лечебное значение плавания. Спортивное значение плавания. Плавание как средство физического воспитания и спортивной тренировки. Плавание как учебная дисциплина. Плавание как методическая дисциплина. Плавание как научная дисциплина. Основные понятия и термины: оси тела, плоскости тела, направления движения, угол атаки, движитель, плавание, пловец.Особенности водной среды: плотность воды,

	текучесть (вязкость), инертность частиц жидкости, гидростатическое давление, теплоемкость, теплопроводность, преломление света, распространение в воде звука и т.д. Система условий для организации двигательный действий пловца: горизонтальное положение, высокое встречное сопротивление, гипогравитация, холод, подвижная опора, принципиально отличный паттерн дыхания. Особенности организма пловца: морфологические, физиологические, психологические. Статическое плавание. Действие сил на неподвижное в воде тело. Закон Архимеда. Плавучесть. Факторы, определяющие плавучесть. Виды плавучести: горизонтальная, вертикальная. Влияние плавучести на технику плавания. Динамическое плавание. Внутренние и внешние силы, действующие на движущееся тело пловца, их взаимодействие (анализ), правило «параллелограмма»: «вертикальная» и «горизонтальная» составляющие. Силы сопротивления. Сопротивление трения. Сопротивление волнообразования. Сопротивление вихреобразования. Активное сопротивление. Пассивное сопротивление. Механизм создания отрицательного градиента давления на поверхности тела пловца в каждой его отдельной точке. Параметры, определяющие сопротивление: скорость движения тела, плотность воды, коэффициент обтекаемости. Методы оценки сопротивления. Обтекаемость юных пловцов. Функциональное состояние кожи. Электрокожная чувствительность (ЭКЧ). Зависимость сопротивления от антропометрических данных. Наиболее информативные антропометрические характеристики. Движущие силы в плавании. Подъемная сила, механизм ее создания. Основные характеристики рабочих движений в плавании: кривая траектория, рабочее движение - с ускорением, относительная продолжительность контакта с опорой, оптимальное положение движителя во встречном потоке.
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ И ПРИКЛАДНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ, СТАРТОВ И ПОВОРОТОВ. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	
Тема 1.	Структура спортивной техники плавания. Кинематические характеристики. Динамические характеристики. Эффективность техники. Экономичность техники. Скорость, темп, шаг, внутри цикловая скорость, пульс, пуль на единицу темпа, пульс на единицу пути, пульс на

	единицу шага - основные характеристики техники плавания, их взаимосвязь и наиболее эффективные сочетания. Положение тела и головы. Угол атаки туловища. Механизмы, обеспечивающие положение тела (плавучесть, положение головы, движения ногами, скорость плавания и др.). Движения ногами: функции, общая характеристика, отличие попеременных от одновременных движений, с точки зрения эффективности техники. Движущие силы от движений ногами. Движения руками: функции, общая характеристика. Гребок. Дыхание: техника, проблемы дыхания в спортивном плавании, дыхание как двигательный акт дыхательной мускулатуры. Общая согласованность движений. Пути сохранения механической энергии в движениях пловца. Закономерности согласованности движений. Фазовый характер движений. Цикличность движений. Модельные характеристики. Старты: значение, виды, варианты, характеристика техники. Повороты: значение, виды, варианты, характеристика техники. Правила соревнований. Краткий анализ соревновательной деятельности пловца. Соревновательная деятельность в плавании. Судейство соревнований, оформление документации Анализ соревнований. Судейство соревнований в вузе, школе. Этапность в обучении двигательным действиям в плавании: этап первоначального разучивания, этап углубленного разучивания, этап совершенствования - задачи каждого этапа, основное содержание, особенности. Задачи начального этапа обучения. Продолжительность начального этапа обучения. Основные средства для решения задач: 1) всевозможные перемещения; 2) погружения; 3) всплывания и лежания; 4) упражнения на плавучесть; 5) скольжения; 6) упражнения на дыхание; 7) спады в воду и прыжки; 8) опорные упражнения. Игры и развлечения на воде. Вспомогательные средства, используемые на начальном этапе обучения. Организационные основы начального обучения. Методика обучения. Двигательные действия в плавании как предмет обучения. Двигательные умения и навыки как результат обучения, закономерности их формирования. Основные средства обучения плаванию: общеразвивающие упражнения, подготовительные упражнения, специальные упражнения, игры, развлечения - на суше и в воде. Технические средства обучения.

	Императивные тренажеры. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Формы обучения: индивидуальная, групповая, групповая с индивидуальным подходом. Системы обучения спортивным способам плавания: последовательная, параллельная, параллельно-последовательная. Целостно-раздельный метод обучения способам плавания. Совершенствование двигательных действий. Особенности воспитания физических качеств средствами плавания: выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости. Прикладной характер плавательных движений. Несчастные случаи на воде: причины, перспективы решения. Первая помощь пострадавшему. Утопление: виды, признаки. Вспомогательные средства. Спасательные средства. Способы прикладного плавания: плавание на боку, брасс на спине. Фазовая структура гребковых движений. Способы ныряния в глубину и в длину. Комбинированные способы ныряния. Способы освобождения от захвата тонущего. Способы транспортировки пострадавшего. Учебные прыжки в воду с отталкиванием. Основы обучения и тренировки. Последовательность обучения: ознакомление с движением, опробывание и изучение, закрепление и совершенствование навыка. Основные средства обучения плаванию. Подготовительные упражнения для изучения спортивных способов плавания. Подвижные игры в воде как средство обучения. Методы и общая схема обучения плаванию. Основы техники лечебного плавания.
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	
Тема 1.	Требования к профессиональным качествам преподавателя плавания. Особенности профессиональной речи. Специальная терминология. Жесты. Метод демонстрации. Выбор и постановка задач - важнейшая составляющая обучения и преподавания. Выбор средств и методов в соответствии с поставленными задачами. Использование в преподавании дополнительных средств (различные предметы, ограничители движений, темполидеры, и т.д.). Общие правила предупреждения и исправления ошибок. Техника безопасности, меры по предупреждению травматизма при занятиях плаванием. Врачебно-педагогический контроль в плавании. Урок плавания. Особенности урока плавания. Организационно-методические особенности работы по плаванию в детских дошкольных учреждениях, в

	общеобразовательной школе, средней и высшей профессиональной школах, спортивно-оздоровительных лагерях, ДЮСШ. Плавание в домашних условиях. Спортивные праздники, массовые мероприятия на воде.
РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ	
Тема 1.	Плавание при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нарушении осанки, плоскостопии, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы. Многолетняя подготовка пловца. Виды подготовки. Методы тренировки. Тренировочный режим и режим отдыха. Управление тренировкой пловца. Контроль за тренировкой. Планирование круглогодичной тренировки пловца. Применение специальных физических упражнений для совершенствования техники плавания. Организация и проведение соревнований по плаванию. Классификация соревнований по плаванию. Календарь соревнований. Оформление документации по проведению соревнований. Работа судейских бригад. Обязанности гл. судьи и гл. секретаря. Техника безопасности при занятиях плаванием. Посещение бассейна с допуском врача. Об дисциплине обучающихся на занятиях плаванием. Форма и купальные принадлежности пловца / купальник либо плавки, шапочка, мыло, мочалка, сланцы, полотенце. Спортивные плавательные сооружения и их особенности их эксплуатации (бассейны детские и взрослые, открытые и закрытые, водные станции на открытых водоемах, Аквапарки).

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он

обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины.

Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО - ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЛАВАНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1.Оздоровительное значение плавания.

2.Прикладное значение плавания.

3.Лечебное значение плавания.

4.Спортивное значение плавания.

5.История развития спортивного плавания.

6.Современное состояние развития плавательного спорта.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ И ПРИКЛАДНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ, СТАРТОВ И ПОВОРОТОВ. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1.Методика обучения кролю на груди (кролю на спине, брассу, дельфину, плаванию на боку).

2.Упражнения для обучения кролю на груди (кролю на спине, брассу, дельфину, плаванию на боку).

3.Анализ техники старта с тумбочки.

4.Анализ техники старта из воды.

5.Поворот вращением.

6.Методика обучения стартам.

7.Методика обучения поворотам.

8.Плавучесть. Виды плавучести. Факторы, ее определяющие.

9.Свойства воды и техника плавания.

10.Сопротивление трения.

11.Сопротивление вихреобразования (формы)

12.Сопротивление волнообразования.

13.Силы тяги в плавании.

14.Механизм создания тяговых усилий.

15.Механизм создания подъемной силы.

16.Способы освобождения от захватов тонущего.

17.Способы транспортировки пострадавшего.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ В РАЗЛИЧНЫХ ЗВЕНЬЯХ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1.Подготовка к проведению урока плавания.

2.Специфика уроков плавания.

3.Организация соревнований по плаванию.

4.Самообразование преподавателя плавания.

5.Праздник Нептуна.

6.Общая физическая подготовка пловца.

7.Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию, краткая характеристика их обязанностей.

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

Вопросы для самоподготовки

1. Правила техники безопасности на занятиях плаванием.
2. Спортивное значение плавания. Характеристика видов спорта, базирующихся на навыках плавания и ныряния
3. Оздоровительное значение плавания. Организационные формы работы по оздоровительно-реабилитационному плаванию
4. Прикладное значение плавания
5. Роль и место плавания в системе физического воспитания
6. Требования к специалисту по плаванию
7. Организация работы по плаванию в дошкольных образовательных учреждениях
8. Плавание в общеобразовательной школе
9. Организация работы по плаванию в летних оздоровительных лагерях
10. Организация работы по плаванию в высших учебных заведениях
11. Средства обучения плаванию.
12. Методы обучения плаванию.
13. Методика начального обучения плаванию – освоения с водной средой
14. Основные требования к рациональной технике плавания.
15. Основные фазы и техника движений ног в плавании способом кроль на спине.
16. Основные фазы и техника движений рук в согласовании с дыханием в плавании способом кроль на спине.
17. Основные требования к технике движений ногами в плавании способом кроль на спине.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и

наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана;

написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;

- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и

обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Теория и методика физического воспитания школьников

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных исполь-

зуемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее напи-

санием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Формирование здорового образа жизни школьников средствами физической культуры.

Цели занятия: сформировать понятие о здоровом образе жизни школьников средствами физической культуры

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В теории и практике физической культуры детей всё многообразие задач приведено в стройную систему. Её основу составляют общие задачи, рассчитанные на решение во всех формах направленного использования средств физической культуры. К **общим задачам** относятся:

1. Содействовать нормальному формированию, гармоническому развитию растущего организма; укрепить здоровье, повысить сопротивляемость организма неблагоприятным воздействиям внешней среды; повысить общую работоспособность;

2. Обучать основам техники движений; формировать и совершенствовать необходимые в разнообразной двигательной деятельности знания, умения и навыки, обучить сознательному, творческому применению их в изменяющихся условиях двигательной практики; формировать культуру двигательных действий, воспитывать стремление к обеспечению их целесообразности, экономичности, практической эффективности и эстетической выразительности;

3. Совершенствовать двигательные и связанные с двигательной деятельностью, интеллектуальные, волевые и эмоциональные качества; приучить детей к рациональной организации физических усилий, разумному использованию сил в соответствии с задачами и конкретными условиями соответствующей деятельности;

4. Воспитывать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и использовании других средств физической культуры; обучить элементарным организаторским и методическим знаниям и умениям, обеспечивающим самостоятельное использование средств физической культуры в личной жизни и при руководстве занятиями других лиц; приобщить к доступной спортивной деятельности и обеспечить постепенное повышение спортивных достижений;

5. Воспитывать высокие нравственные качества, приучить к организованности, дисциплинированности, ответственности за свои действия и поступки; воспитывать любознательность, трудолюбие, активность и самостоятельность в учении и труде, творческую инициативность; формировать эстетические потребности и взгляды, воспитывать эстетические чувства.

Видоизменяясь в формулировках, перечисленные общие задачи представлены в программах, других официальных документах, а также в методических пособиях по физическому воспитанию для общеобразовательных школ, средних специальных учебных заведений, коллективов физической культуры, ДЮСШ и др.

Общие задачи требуют конкретизации применительно к отдельным учебным заведениям, возрастным группам учащихся, формам использования физической культуры, этапам обучения и воспитания и даже непредвидимым ситуациям, возникающим в условиях реального учебно-воспитательного процесса.

Такая конкретизация задач частично представлена в программах общеобразовательных курсов физического воспитания, спортивных школ, секционных занятий коллективов физической культуры, в Единой всероссийской спортивной классификации. Но в значительной части она должна быть осуществлена творчески самим педагогом, исходя из предлагаемого программного материала и нормативных требований к физической подготовленности учащихся. В результате анализа программного материала и осмысления его назначения в свете общих задач планируется детальная система узловых педагогических задач, исчерпывающих в основном официально предписанное содержание занятий. В зависимости же от конкретных условий (подготовленности занимающихся, климатических, материально-технических и др.) в эту систему могут быть внесены некоторые изменения, дополнения, замены, перестановки во времени и др.

Однако на этом конкретизация задач не завершается. Каждая, определённая таким путём, узловая образовательная, гигиеническая и воспитательная задача требует дальнейшей детализации по узкометодическим соображениям, поскольку реальный процесс решения таких задач (например, научить опор-

ному прыжку согнув ноги и т.п.) не является мгновенным, а состоит из ряда последовательных, строго дифференцированных актов, содержание которых тоже должно быть четко определено путём формулировки соответствующих частных узкометодических задач. Так, при обучении новому двигательному действию, необходимо предусмотреть создание необходимых представлений, изучение отдельных элементов действия и связей между ними, совершенствование действия в тех или иных условиях в целом и т.п. Все такие частные методические задачи должны определяться в каждом отдельном случае самим педагогом, руководствуясь знанием закономерностей физического развития, обучения и воспитания, влияния упражнений на занимающихся, а также пониманием особенностей и возможностей учеников, роли наличных условий работы и других факторов.

Процесс дальнейшей конкретизации задач физического воспитания и использования других форм физической культуры труден и требует от педагога больших творческих усилий, постоянной мобилизации и обновления знаний, обогащения имеющегося опыта. Но только этим путём можно обеспечить надёжную целеустремлённость и сознательность в работе (как своей, так и занимающихся), её чёткую организацию и продуктивность. Иначе она приобретает неопределенный, расплывчатый характер, становится малосодержательной, однообразной и шаблонной, ведущей к большим затратам времени.

Ведущей направленностью физического воспитания и использования других форм физической культуры в школьном возрасте является *общеподготовительная.* Подрастающее поколение должно получить широкое физическое образование, всестороннее физическое развитие и воспитание, гарантирующее освоение любого общественно полезного вида деятельности, достижения в ней высоких результатов. На базе *общего физического развития,* образования и воспитания осуществляется начальная спортивная подготовка, а с определённого возраста – для желающих – специализация в избранном виде спорта. Значительной части молодёжи, посвятившей себя определённой профессии, обеспечивается соответствующая профессионально-прикладная физическая подготовка. Такое единство обусловлено общими для всех направлений методическими основами физкультурной работы.

К школьному возрасту относятся дети, подростки и юноши в возрасте от 6-7 до 17-18 лет. В соответствии с существующей в нашей стране системой общего образования, этот возрастной период подразделяется на 3 этапа: младший, средний и старший. На последнем завершается обучение в общеобразовательной школе или же осуществляется переход в средние специальные учебные заведения техникумы и колледжи (медицинские, педагогические и другие), где завершается также и общее образование.

В нашей стране сложилась научно обоснованная система физического воспитания, рассчитанная на приобщение к физической культуре всего подрастающего поколения. Основой этой системы является обязательный курс физического воспитания, осуществляемый по государственной программе. Он сочетается с многообразными формами использования физической культуры в режиме учебного дня и домашнего быта, с эпизодическими массовыми физкультурными мероприятиями, а также регулярными занятиями по личному выбору самих учащихся в своём коллективе физической культуры, в коллективах физической культуры спортивных обществ, в детско-юношеских спортивных школах и многих других внешкольных учреждениях. Бесперебойное функционирование этой системы обеспечено материально-техническими средствами, квалифицированными педагогическими кадрами, финансовыми ресурсами и другими условиями. Она непрерывно развивается и совершенствуется с учетом новых потребностей и возможностей общества, передового опыта практической работы и достижений науки.

Социально-педагогическое значение направленного использования средств физической культуры в школьном возрасте особенно велико. В основном оно *заключается в следующем*:

• создается прочный фундамент гармонического физического развития, укрепления здоровья, всестороннего физического образования и воспитания, накапливаются надёжные предпосылки успешного овладения производственно-трудовыми, воинскими и другими специальностями;

• постоянно поддерживается хорошая физическая и умственная работоспособность, обеспечивающая успеваемость в учебных занятиях, а впоследствии - эффективность любой общественно-полезной деятельности;

• рационально организуется досуг детей, элементы физической культуры внедряются в быт и учащиеся постепенно приобщаются к спортивной деятельности;

• последовательно повышается нравственная, интеллектуальная, эстетическая и трудовая культура подрастающего поколения.

Исключительно важно то обстоятельство, что система использования средств физической культуры в школьном возрасте обеспечивает длительное (в течение 10-12 лет) планомерное и регулярное физическое воспитание всего подрастающего поколения, достижение им не только достаточно высокого уровня общей физической подготовленности ко всякой общественно-полезной деятельности, но и базовой профессионально-прикладной и спортивной подготовленности. Всё это становится фундаментом дальнейшего физического совершенствования в предстоящей взрослой жизни.

При оценке значения физической культуры в школьном возрасте важно учитывать её особую необходимость и наибольшую эффективность в решении задач физического развития, образования и воспитания. Необходимо исходить из того, что повседневная двигательная активность является естественной потребностью растущего организма и непременным условием физического развития, укрепления здоровья и повышения сопротивляемости организма неблагоприятным внешним условиям.

Важно также постоянно иметь в виду, что в школьном возрасте еще продолжается интенсивное развитие форм и функций организма. Этот процесс в определённой степени зависит от внешних условий жизни и характера осуществляемой учащимися деятельности, в значительной мере от направленного использования средств физической культуры. Умелое применение специально подобранных и правильно дозированных физических упражнений в период усиленного развёртывания естественного морфофункционального развития способствует стимулированию, упорядочению и интенсификации соответствующих процессов, достижению, в конечном счёте, значительного подъёма функциональных возможностей всех систем организма. На более поздних возрастных этапах, когда пики естественного развития тех или иных функций просрочены, добиться подобных результатов трудно и даже невозможно. Специальные исследования и практический опыт показывают, что в определенные возрастные периоды жизни человека имеются благоприятные возможности для воздействия на развитие способностей, так как темпы прироста некоторых из них будут более высокими, чем в иные возрастные этапы. Эти периоды обычно называют **сенситивными (чувствительными)** или критическими, потому что они играют особую роль в развитии организма. Установлено, что наибольший эффект физического воспитания в развитии отдельных способностей достигается в период их бурного естественного развития. Эффективность педагогических воздействий в другие возрастные периоды для данной способности может быть нейтральной или даже отрицательной. Поэтому, при совершенствовании конкретных физических способностей, очень важно не упустить наиболее благоприятные возрастные периоды поскольку впоследствии сделать это будет намного сложнее. В таблице приведены периоды интенсивного развития отдельных физических способностей у детей. Видно, что каждая из них имеет свой сенситивный период. Временные границы этих периодов у мальчиков и девочек неодинаковы. Обычно на момент начала интенсивного развития большинства способностей девушки обгоняют подростков на 1-2 года. Необходимо отметить, что в научно-методической литературе у разных авторов можно встретить различные сенситивные периоды развития той или иной способности. Подобные различия могут быть обусловлены несколькими причинами:

1. Применением неодинаковых тестов для измерения какой-либо способности.

2. Использованием различных подходов и формул для определения темпов прироста показателей физических способностей.

3. Неоднородностью обследуемой выборки испытуемых (разным числом обследуемых людей, различиями в уровне их физического развития, подготовленности, общего режима деятельности и т.д.).

Таблица 1. Сенситивные периоды развития физических качеств у мальчиков (В.П. Губа, 2007)

Физические качества и их проявления		Возраст, лет									
		7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17
Сила	Собственно сила							x			x
	Скоростно-силовые				x				x	x	

	способности										
Быстрота	Частота движения	х	х				х				
	Скорость одиночного движения				х				х	х	
	Время двигательной реакции					х				х	
Выносливость	Максимальная интенсивность								х	х	
	Субмаксимальная интенсивность				х					х	х
	Большая интенсивность		х	х	х					х	х
	Умеренная интенсивность		х		х				х	х	
Координация	Простые координации	х	х						х		
	Сложные координации				х				х		
	Равновесие		х						х		
	Точность движений		х						х		
Гибкость			х				х				

Таблица 2. Сенситивные периоды развития физических качеств у девочек (В.П. Губа, 2007)

Физические качества и их проявления		Возраст, лет									
		7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17
Сила	Собственно сила				х	х					х
	Скоростно-силовые способности			х			х	х			
Быстрота	Частота движения	х	х		х						
	Скорость одиночного движения			х							
	Время двигательной реакции				х						
Выносливость	Максимальная интенсивность				х						
	Субмаксимальная интенсивность			х							
	Большая интенсивность			х	х						
	Умеренная интенсивность		х								
Координация	Простые координации	х	х				х				
	Сложные координации			х			х				
	Равновесие	х	х	х		х					
	Точность движений		х				х				
Гибкость		х	х	х		х	х		х		х

В результате улучшения физического развития и укрепления здоровья достигается существенное улучшение работоспособности учащихся. Доказано, что занимающиеся в достаточном объёме правильно организованными физическими упражнениями успешнее справляются с учебными нагрузками. Они могут работать более качественно, меньше устают на уроках в течение учебного дня и, как правило, добиваются хорошей успеваемости. Достигнутая степень работоспособности переносится в зрелый возраст и, подкрепляемая дальнейшим использованием средств физической культуры, сохраняется длительное время, обеспечивая высокую эффективность выполняемой работы. Физическая культура в школьном возрасте имеет большое значение и для обучения необходимым в жизни двигательным умениям, навыкам, овладения основами их практического использования в разнообразных условиях двигательной деятельности.

Установлен*о, что способность к обучению двигательным действиям также имеет в этом возрасте благоприятные этапы для быстрого и полноценного освоения новых, перестройки ранее усвоенных недостаточно совершенных двигательных действий.* В процессе направленного использования этой способности создаются наилучшие условия для всестороннего развития всех двигательных качеств. Приобретённый в школьном возрасте *богатый фонд* двигательных умений и навыков, а также физических, интеллектуальных, волевых и других качеств, становится базой для быстрого и полноценного овладения профессионально-трудовыми, воинскими и другими специальными двигательными действиями дальнейшего физического совершенствования в зрелом возрасте.

Полноценное осуществление физического воспитания школьников *закладывает базу* для физического совершенствования человека, в последующие годы жизни. Организованные занятия физическими упражнениями в группах, командах, секциях различных внешкольных учреждений становятся одним из действенных средств решения проблемы *занятости* детей и подростков в свободное время, *предупреждения антиобщественных проявлений*. Включение физического воспитания обязательной частью в единую систему учебно-воспитательной работы общеобразовательной школы обеспечивает возможность взаимоиспользоваиия средств и методов всех сторон системы воспитания (физического, умственного, нравственного, эстетического и трудового).

Наконец, не меньшее значение имеет вклад школьного физического образования в развитие личности молодых людей, в формирование мировоззрения и жизненной позиции, морального облика, интеллектуальной и эстетической культуры, волевой устремленности. Многообразная практика использования физической культуры в школьном возрасте направлена, в конечном счете, на физическое совершенствование подрастающего поколения. Вместе с тем, она должна служить целям обеспечения здорового быта и культурного отдыха, поддержания высокого уровня работоспособности в учебных занятиях и успешного осуществления других видов текущей деятельности. Весь процесс достижения этих целей необходимо связывать с всесторонним развитием личности.

Без знания **возрастных особенностей детей** невозможно правильно осуществлять физическое воспитание. Наиболее типичными из них являются следующие:

1. Непрерывный, быстрый, неравномерный рост и развитие детского организма, особенно психики.
2. Незрелость и недостаточная устойчивость детского организма, легкая ранимость.
3. Высокий уровень возбудимости, реактивности на различные внешние воздействия.

Требования к учету возрастных особенностей:

• содействовать прогрессивному их изменению;

• принимать во внимание возрастные проявления и строить педагогический процесс на основе реальных возможностей детей.

Тема лекционного занятия: Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие школьников.

Цели занятия: познакомить студентов с задачами физического воспитания в школьном образовательном учреждении.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Формы занятий физическими упражнениями в школе

Физическая культура детей школьного возраста осуществляется в трех сферах:

– в учебных заведениях, составляющих систему среднего образования.

– в организациях, осуществляющих внешкольные занятия физическими упражнениями.

– в семье.

Для каждой из этих сфер характерно разнообразие конкретных форм занятий. Исторически сложились четыре формы занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста:

1. Учебные занятия (классно-урочные).
2. Занятия физическими упражнениями в режиме учебного дня школы.
3. Внеклассные занятия физическими упражнениями.
4. Внешкольные занятия физическими упражнениями.

Учебные занятия (классно-урочные).

Основная форма реализации базовой физической культуры (физического воспитания), на которую опираются остальные и строятся на основе подготовленности, полученной в процессе уроков, расширяют, дополняют и углубляют ее.

Уроки физического воспитания обеспечивают общую физическую подготовленность ко всякой деятельности и отличаются наибольшим богатством средств. В процессе классно-урочных занятий учащиеся знакомятся с типичными видами спортивных упражнений, овладевают основами техники, достигают более высокого уровня развития качеств, приобретают начальные сведения о видах спорта.

В процессе сдачи учебных нормативов накапливается опыт соревновательной борьбы, определяются интересы, возникает потребность совершенствоваться и намечается выбор спортивной специализации.

Уроки включены в школьное расписание наравне с другими учебными предметами и обязательны для всех учащихся. Они проводятся 2-3 раза в неделю, их содержание определяется программами.

Важными факторами, определяющими специфику уроков физического воспитания в школе, являются:

• основная направленность и конкретные задачи;

• возрастные особенности и возможности детей;

• многочисленность и неоднородность состава классов;

• предметно-пространственная среда (места занятий, оборудование, инвентарь);

• продолжительность урока - максимум 45 минут;

• положение урока в расписании.

Занятия физическими упражнениями в режиме учебного дня школы.

Назначение – создание предпосылок оптимальной умственной работоспособности на других уроках (повышение или восстановление). Виды:

– гимнастика до учебных занятий;

– физкультурные минуты во время уроков;

– занятия физическими упражнениями на удлиненных переменах;

– ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня.

Занятия физическими упражнениями в режиме учебного дня весьма ограничены по содержанию т.к. подчинены решению узких гигиенических задач. Будучи ежедневными, они существенно дополняют уроки, внося вклад в гармоническое физическое развитие школьников.

Цель гимнастики до учебных занятий способствовать организованному началу учебного дня, улучшению самочувствия и настроения, повышению работоспособности учащихся на уроках.

Физкультурные минуты применяются для снятия физического утомления и продления времени высокой работоспособности школьников.

Внеклассные и внешкольные занятия физическими упражнениями.

Назначение – организация свободного времени учащихся, заполнение его целесообразной двигательной деятельностью с целью всестороннего физического совершенствования, обеспечения активного отдыха. Признаки:

• временный коллектив;

• добровольный характер;

• проводятся на базе и вне школы.

Выделяют два вида внеклассных и внешкольных занятий:

Систематические (занятия в кружках физической культуры для младших школьников, занятия по видам спорта в секциях, занятия в группах общей физической подготовки).

Эпизодические (ежемесячные дни здоровья и спорта, соревнования, турпоходы, прогулки, экскурсии, спортивные праздники и развлечения, др.).

В общеобразовательной школе создаются также группы начальной подготовки ДЮСШ для учащихся, желающих заниматься избранным видом спорта. Специфические задачи:

1. Удовлетворение личных интересов, потребностей в области физической культуры.

2. Постепенный переход к спортивной специализации и последовательное совершенствование в избранном виде спорта.

3. Обучение элементарным организаторским и методическим знаниям, умениям, необходимым для самостоятельных занятий и для осуществления общественно-полезной деятельности в области физической культуры.

4. Воспитание потребности систематически выполнять физические упражнения. В процессе проведения внеклассных и внешкольных занятий обязательным является соблюдение общих и методических принципов, а также принципов спортивной тренировки.

С педагогической точки зрения наиболее целесообразной и основной формой построения занятий в физическом воспитании признана **урочная**, оправдавшая себя в длительной практике. В процессе урока взаимодействия между педагогом и занимающимися основаны на непосредственном контакте. Это позволяет преподавателю своевременно контролировать и направлять познавательную двигательную деятельность всех занимающихся.

Учебно-воспитательный процесс на уроке надо рассматривать как систему непрерывных взаимодействий педагога и постоянной по составу группы занимающихся. Урок является наиболее экономной и эффективной формой организации систематических занятий как в общем физическом воспитании, так и в спортивной тренировке, прикладной физической подготовке.

Главной особенностью уроков является: руководство педагогом в течение точно установленного времени, в специально отведенном месте, коллективной двигательной деятельностью относительно однородной по составу группы занимающихся, с учетом их особенностей и индивидуальных возможностей.

Достоинствами и преимуществом уроков физического воспитания являются:

– непрерывность и четкость организации и руководства учебно-воспитательным процессом;

– близкие контакты и возможность лучшего изучения педагогом занимающихся, а ими - друг друга;

– стимулирующее влияние организованного коллектива на каждого.

Эффективность уроков зависит от соблюдения норм наполняемости группы. Поэтому в физическом воспитании различных контингентов населения установлены определенные нормы количества одновременно занимающихся. Соблюдение этих норм позволяет педагогу руководить учебно-воспитательным процессом группы с учетом особенностей каждого занимающегося. Превышение же нормы практически исключает возможность полноценного использования урока как формы организации занятий.

Классификация занятий урочного типа.

Конкретные уроки физического воспитания проводятся с различными контингентами населения по разным программам, рассчитанным на разные направления и задачи работы. При этом приходится иметь дело с большими различиями в уровне подготовленности и состоянии занимающихся, с неоднородностью их интересов и возможностей, с разнообразными внешними условиями. Поэтому в практике физического воспитания закономерно складываются многообразные по содержанию, структуре и типичным методическим особенностям виды, разновидности и более частные построения урочных занятий.

Выбору и планированию наиболее целесообразных занятий поможет знание общей классификации уроков физического воспитания. В основе данной классификации закон восхождения от общего к частному, которому подчинен порядок признаков и многообразия уроков.

1. По целевой направленности физического воспитания:

1. Уроки общего физического воспитания (обшей физической подготовки) служат целям создания фундамента физического развития, образования и воспитания для разнообразной двигательной деятельности в жизни. Они подразделяются на два вида:

Уроки широкого общего физического воспитания, которые направлены на всестороннюю общую подготовку к любой двигательной деятельности и, поэтому, отличаются богатством содержания, разнообразием построения и сложностью методической разработки. Они характерны для физического воспитания детей.

Уроки относительно ограниченной общей физической подготовки применяются в специализированном физическом воспитании в целях более узкой общей физической подготовки к ограниченной деятельности. Их содержание тесно связывается со специфическим содержанием отдельного вида специализации (спортивной, профессиональной и др.).

2. Уроки специализированного физического воспитания служат целям подготовки к конкретной двигательной деятельности. Они включают три вида:

Уроки спортивной тренировки являются основной формой занятий со спортсменами всех разрядов и служат подготовке их к соревнованиям. Предметное содержание, а отчасти и построение спортивно-тренировочных уроков, в различных областях и видах спортивной специализации характеризуется специфическими особенностями.

Уроки прикладной физической подготовки расчленяются на уроки профессионально-прикладной и уроки военно-прикладной физической подготовки. Их содержанием являются специфические виды двигательной деятельности в зависимости от особенностей профессии.

Занятия урочного типа с лечебной направленностью, используемые в целях содействия восстановлению здоровья. Их содержание, особенности структуры и методика обусловлены характером заболевания и особенностями применения других лечебных процедур.

2. По основному предмету и программному содержанию занятий:

1. Узкопредметные (видовые) характеризуются однородностью учебного материала. На этом уровне обобщенно различаются уроки гимнастики, легкой атлетики, плавания, фехтования, игр и т.п. - виды. В пределах каждого предмета выделяются уроки спортивной (или иной) гимнастики, баскетбола, фехтования на рапирах, прыжков на лыжах, беговой подготовки в легкой атлетике и т.п. - разновидности.

2. Комплексные уроки отличаются разнообразием учебного материала, например, гимнастического, легкоатлетического и игрового. Такие занятия встречаются чаще в общей физической подготовке. Уроки этого классификационного уровня отличаются также структурой и методикой проведения.

3. В зависимости от того, какая из основных сторон процесса физического воспитания акцентируется или полностью составляет содержание занятия:

1. Уроки образовательной направленности. Их основным содержанием является формирование и совершенствование специфических знаний, двигательных и интеллектуальных умений и навыков, а также обучение применению их в изменяющихся условиях. При этом воспитательные и гигиенические

задачи решаются лишь попутно (сопряженно) и только в той мере, которая допускается основным содержанием и обстоятельствами учебной работы.

2. Уроки со специальной воспитательной направленностью служат преимущественно целевому совершенствованию интеллектуальных, волевых и эмоциональных качеств, интересов и потребностей. Задачам обучения и физического развития в них отводится ограниченное, подчиненное место.

3. Уроки с гигиенической по преимуществу направленностью предназначены для решения задач физического развития и укрепления здоровья. Они частично связаны с попутным решением некоторых воспитательных и образовательных задач. Уроки с гигиенической направленностью характерны для общего физического воспитания. Они применяются в работе с детьми, с людьми зрелого и пожилого возраста, играют вспомогательную роль в спортивной тренировке.

4. Комбинированные уроки, содержание которых направлено на решение задач двух и более перечисленных сторон физического воспитания.

В пределах каждого типа предыдущего классификационного ряда имеется детальное их подразделение. В зависимости от акцентируемых на различных этапах обучения дидактических (учебных) задач, *уроки с образовательной направленностью,* делятся на:

– вводные;

– уроки изучения нового материала;

– уроки совершенствования изученного и применения в новых условиях двигательной деятельности;

– уроки контрольные (учетные, зачетные);

– смешанные, в которых характерные для перечисленных разновидностей (типов) уроков учебные задачи сочетаются в различных пропорциях.

Вводные уроки проводятся в начале учебного года, четверти, при изучении нового раздела учебной программы. На этих уроках преподаватель знакомит учащихся с основными задачами и содержанием учебной работы на предстоящий период, зачетными требованиями и учебными нормативами.

Уроки *изучения нового материала* (обучающие). Их основные задачи –ознакомление учащихся с основными двигательными действиями и их первоначальное освоение.

Уроки *совершенствования* применяются для углубленного изучения и закрепления учебного материала.

Смешанные (комплексные) уроки содержат в себе задачи и элементы, характерные для перечисленных выше типов уроков. В таких уроках могут совместно решаться задачи обучения, развития физических качеств, контролем за уровнем физической подготовленности занимающихся и др. Этот тип урока наиболее широко используется в практике физического воспитания.

Контрольные уроки направлены на выявление успеваемости или определения уровня подготовленности занимающихся, проверку усвоения ими знаний, умений и навыков по теме или разделу программы и т.п.

Содержание уроков физического воспитания определено программами, которые разработаны для каждого класса, но составляют единство, обусловленное общей направленностью, задачами, а также последовательным развёртыванием учебного материала. Этим обеспечивается системность и целостность учебно-воспитательного процесса на протяжении всего периода обучения. Физическое воспитание включено в учебный план наравне с другими предметами. Его значение и равноправность подчеркнуты введением оценок в аттестат о среднем образовании.

С 1992 года в практику общеобразовательных школ введена так называемая «комплексная» программа по физическому воспитанию, которая содержит все формы занятий физическими упражнениями (четыре части). Общей структурой первой части программы, предназначенной для уроков физического воспитания, предусмотрено следующее: цель и задачи, организационно-методические указания; примерное распределение часов, базовый раздел содержания; вариативный раздел. В настоящее время получили распространение различные варианты программ, к которым следует относиться критически, т.к. они имеют существенные недостатки.

Тема лекционного занятия: Возрастные особенности физического развития, физической подготовленности детей школьного возраста.

Цели занятия: познакомить студентов с возрастными особенностями физического развития, физической подготовленности детей школьного возраста.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В педагогике возраст с 7 до 18 лет принято делить на три периода -
младший (7-11 лет), средний, или подростковый (12-15 лет), и старший,
или юношеский (16-18 лет) школьный возраст.

Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата. Однако длина тела в этот период увеличивается быстрее, чем масса. Суставы детей отличаются подвижностью, а связочный аппарат эластичностью, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Большую подвижность сохраняет до 8-9 лет позвоночный столб. Мышцы детей имеют тонкие волокна и содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие.

В младшем школьном возрасте завершается морфологическое развитие нервной системы, заканчивается рост и структурная дифференциация нервных клеток. Функционирование нервной системы отличается преобладанием процессов возбуждения. К 10-11 годам объем легких составляет половину объема легких взрослого человека. Минутный объем дыхания возрастает с 3,5 л/мин у 7-летних школьников до 4,4 л/мин у детей 11 лет. Жизненная емкость легких увеличивается с 1200 см3 в 7-летнем возрасте до 2000 см3 в 10-летнем.

Естественной для детей младшего школьного возраста является потребность в высокой двигательной активности. При этом у девочек такая потребность проявляется в меньшей степени, чем у мальчиков. Девочки в меньшей степени проявляют двигательную активность самостоятельно. Вот почему рекомендуется больше привлекать их к участию в организационных формах физического воспитания.

В целом младший школьный возраст наиболее благоприятен для развития физических способностей - скоростных и координационных, а также способностей длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности. В данном возрасте у детей начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической активности, выявляется специфика индивидуальных моторных проявлений, предрасположенность к тем или иным видам спорта.

Занятия с детьми младшего школьного возраста, посещающими секцию мини-футбола, должны строиться с учетом показателей функциональных возможностей детского организма, которые являются ведущими критериями в оздоровительной физической культуре при выборе физических нагрузок, структуры двигательных действий, методов воздействия на организм.

В содержание таких занятий рекомендуется широко включать подвижные игры, элементы различных спортивных игр и других доступных им физических упражнений. Естественно, доминирующим методом в таких занятиях должен быть игровой метод, поддерживающий интерес детей к двигательной деятельности и помогающий им непринужденно выполнять задания преподавателя. Одновременно следует учитывать, что проведение с детьми данного возраста однообразных и монотонных занятий с большими физическим и психологическими нагрузками недопустимо, так как они могут нанести большой вред занимающимся.

Средний школьный возраст характеризуется интенсивным ростом и увеличением размера тела. Так, годичный прирост длины тела достигает 4-7 см, главным образом, за счет удлинения ног. Масса тела ежегодно увеличивается на 3-6 кг. Наиболее интенсивный темп роста у мальчиков приходится на 13-14 лет, а у девочек - на 11-12 лет. В подростковом возрасте быстро растут длинные трубчатые кости верхних и нижних конечностей, ускоряется рост в высоту позвонков. Позвоночный столб отличается

большой подвижностью. В этом возрасте не рекомендуются чрезмерные мышечные нагрузки, которые приводят к ускорению процесса окостенения, что, в свою очередь, может замедлить рост трубчатых костей в длину.

На данный период приходится быстрое развитие мышечной системы. Так, с 13-летнего возраста отмечается резкий скачок в увеличении общей массы мышечных волокон. При этом у мальчиков мышечная масса особенно интенсивно возрастает в 13-14 лет, а у девочек - в 11-12 лет. На фоне морфологической и функциональной незрелости сердечно-сосудистой системы, а также продолжающегося в этот период развития центральной нервной системы у подростков заметно ощущается незавершенность формирования механизмов, регулирующих и координирующих различные функции сердца и сосудов. Поэтому у подростков 12-15 лет адаптационные возможности системы кровообращения при мышечной деятельности значительно ниже, чем в юношеском возрасте. Полного морфологического и функционального совершенства сердце достигает лишь к 20 годам.

Процесс полового созревания у мальчиков наступает обычно на 1-2 года позднее, чем у девочек. В этот период у подростков отмечается наиболее высокий темп развития дыхательной системы. Так, объем легких увеличивается почти в два раза, значительно повышается минутный объем дыхания. Растет и показатель жизненной емкости легких: у мальчиков с 1970 см3 до 2600 см3, у девочек - с 1900 см3 до 2500 см3. В сравнении со взрослыми у подростков режим дыхания менее эффективен. За один дыхательный цикл подросток потребляет 14 мл кислорода, а взрослый - 20 мл. Они обладают меньшей способностью задерживать дыхание и работать в условиях недостатка кислорода, у них быстрее, чем у взрослых, снижается насыщение крови кислородом.

В подростковом возрасте в основном завершается формирование всех функциональных систем. На этот возраст приходится период продолжающегося совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Быстро улучшаются координационные, силовые и скоростно-силовые способности. А вот скоростные способности и выносливость в этот период развиваются умеренно. Низкие темпы развития присущи такому физическому качеству, как гибкость. Все эти факторы, естественно, следует учитывать в работе со школьниками в секции мини-футбола.

Процесс обучения и тренировки юных футболистов среднего школьного возраста все более индивидуализируется, а средства, используемые в занятиях, все больше по форме и содержанию приближаются к игровой деятельности. Наряду с повышением уровня общей и специальной физической подготовки ставятся задачи овладения занимающимися сложными техническими приемами, основными групповыми и командными тактическими действиями, определения игрового амплуа.

Старший школьный возраст характеризуется продолжением процесса роста и развития организма. Этот процесс протекает в отдельных органах и системах относительно спокойно и равномерно. Завершается половое созревание юношей и девушек, четко проявляются половые и индивидуальные различия как в строении, так и в функциях организма, замедляется рост тела в длину и увеличение его размеров в ширину, а также прирост массы. Юноши заметно опережают девушек в этих показателях. В среднем юноши выше девушек на 10-12 см и тяжелее на 5—8 кг; масса их мышц по отношению к массе всего тела больше на 13%, а масса подкожной жировой ткани меньше на 10%. Туловище юношей немного короче, а руки и ноги длиннее, чем у девушек.

В этот период почти завершается процесс окостенения большей части скелета. Рост трубчатых костей в ширину усиливается, а в длину замедляется. Интенсивно развивается грудная клетка, особенно у юношей, их скелет уже способен выдерживать значительные нагрузки.

Развитие костного аппарата сопровождается формированием мышц, сухожилий, связок. Мышцы развиваются равномерно и быстро. В связи с увеличением мышечной массы появляются благоприятные возможности для дальнейшего развития таких физических качеств, как сила и выносливость. В данном возрасте отмечается асимметрия в увеличении силы мышц туловища.

У девушек в отличие от юношей наблюдается значительно меньший прирост мышечной массы. Заметно отстает в своем развитии и плечевой пояс. А вот тазовый пояс и тазовое дно у девушек развиваются интенсивно. Грудная клетка, также, как сердце и легкие, менее развита, поэтому функциональные возможности органов кровообращения и дыхания гораздо ниже, чем у юношей. Так, сердце юношей

на 10-15% больше по объему и массе, пульс реже на 6-8 уд./мин, сердечные сокращения сильнее, чем у девушек, что обуславливает большой выброс крови в сосуды и более высокое кровяное давление. Девушки дышат чаще и не так глубоко, как юноши. Жизненная емкость легких у них меньше.

Старший школьный возраст характеризуется завершением познавательной сферы. Наибольшие изменения заметны в мыслительной деятельности. У юношей и девушек повышается способность понимать структуру движений, точно воспроизводить и дифференцировать отдельные движения (силовые, временные, пространственные), осуществлять сложные двигательные действия в целом.

В этом возрасте школьники уже способны к проявлению достаточно высокой волевой активности. Например, у них ярко проявляется настойчивость в достижение смелости, что, естественно, может отрицательно влиять на их спортивную подготовку.

В целом данный возраст совпадает с благоприятным периодом для заметного роста спортивного мастерства школьников. В работе с юными футболистами в секции мини-футбола на данном этапе рекомендуется использовать широкий комплекс эффективных форм занятий, в процессе которых объем и интенсивность физических нагрузок может достигать достаточно высокого уровня. При этом наряду с дальнейшим повышением уровня общей и специальной физической подготовки предусматриваются повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, повышение объема индивидуальной подготовки и совершенствование соревновательного опыта.

Тема лекционного занятия: Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.

Цели занятия: познакомить с принципами, применяемые в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Принципы – это объективные исходные положения какой-либо теории, науки, отражающие наиболее общие положения, закономерности.

Основой принципов ФВ являются объективные закономерности, которыми должен руководствоваться в своей жизни педагог.

Общие принципы ФВ распространяют свое действие на всю практику ФВ, другие же отражают своим содержанием преимущественно методические закономерности (принципы методики ФВ).

1. Принцип содействия всестороннему гармоничному развитию личности (выражает главную направленность системы физического воспитания – необходимость сочетать различные стороны воспитания). Этот принцип включает основные требования:

- взаимосвязь всех видов воспитания (единство духовного и физического развития человека);
- разносторонность самого физического воспитания (единство общей и специальной физической и технической подготовки; учет естественных закономерностей развития организма в процессе всестороннего развития физических качеств человека).

2. Принцип связи ФВ с практикой жизни (принцип прикладности) соблюдается в единстве с принципом всестороннего гармоничного развития личности и направлен на обеспечение взаимосвязи ФВ с жизненной практикой). Раскрывается через три основных требования:

- обеспечить максимальный прикладный эффект ФВ (развивать в первую очередь те качества и способности, которые имеют наибольшее прикладное значение);
- создавать базу для освоения разнообразных форм жизнедеятельности;
- использовать возможность для всестороннего воспитания.

3. Принцип оздоровительной направленности ФВ (достижение наибольшего оздоровительного эффекта в процессе занятий):

- при выборе средств ФВ необходимо исходить из их оздоровительной ценности;

- планировать и регулировать физические нагрузки с учетом адаптационных перестроек в организме занимающегося;
- обеспечивать регулярность и единство врачебно-педагогического контроля.

4. Функции физической культуры и ее функциональные связи

Под функцией в общественных науках понимают действие. Поэтому, под функциями ФК понимают ее свойства воздействовать на человека, отношения между людьми, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества через активную деятельность человека.

Различают специфические и неспецифические функции ФК (общекультурные).

Среди специфических функций те, которые свойственны только ФК:

- в целом - удовлетворение естественных потребностей человека в движениях, в улучшении состояния здоровья;
- отдельным видам ФК - специфически-образовательная (формирование двигательных умений и навыков); специфически-прикладная (профессионально-прикладная); спортивная (спорт высших достижений); специфически-рекреативная и оздоровительно-реабилитационная.

Общекультурные функции свойственны всей культуре в целом:

1. эстетическая - удовлетворение потребности людей в физическом совершенстве, здоровье, общем гармоничном развитии. Формируются понятия о красоте движений и тела, что связывает ФК с видами искусства (музыка, изобразительное искусство, литература, кино);
2. воспитательная - ФК является фактором нравственного, эстетического, интеллектуального и трудового воспитания;
3. информационная - накопление и распространение ценных сведений в области ФК;
4. нормативная - разрабатываются нормативы физической подготовленности и спортивных достижений;
5. коммуникативная - общение людей, объединенных физкультурной практикой; интернациональное общение;
6. социальная - вовлечение людей в активный образ жизни, объединение людей.

Обучение двигательным действиям в школьном возрасте направлено, прежде всего, на формирование, углубление и расширение специальных знаний в виде представлений, обобщений и понятий, закономерностей, принципов и правил двигательной деятельности. Эти знания должны обеспечивать сознательную ориентировку в явлениях физической культуры, целесообразное и своевременное использование её средств и форм в жизни, успешное овладение двигательными умениями, навыками и опытом применения их в многообразных условиях практики. В единстве с обучением двигательным умениям совершенствуются интеллектуальные умения и способности наблюдать, анализировать, обобщать, сравнивать, оценивать движения и условия.

Важной предпосылкой успешности обучения двигательным действиям в школьном возрасте является своевременное определение объективных противоречий между задачами, требованиями к качеству действий и эффективности их применения, с одной стороны, и имеющимся фондом знаний, умений, навыков, уровнем физического развития занимающихся – с другой; между личными интересами в области физической культуры и обязательными требованиями учебной программы. Выявление и регулирование этих противоречий, осмысливание их сути учениками – одно из важных условий мотивации и активизации учебной деятельности.

Искусство педагога заключается также в том, чтобы, обучая движениям, последовательно подводить учеников к решению всё более сложных задач. Создаваемые в процессе обучения трудности и противоречия должны быть соразмерными реальным возможностям учащихся конкретного возраста. В противном случае они осложнят обучение и могут стать тормозом в развитии способностей. Создаваемые педагогом противоречия становятся активными рычагами учебной деятельности лишь при условии, что они являются достаточно содержательными, имеющими конкретный смысл для ученика и что разрешение их становится для него осознанной необходимостью.

В соответствии с сутью физического образования, тесно связанного с физическим развитием, правомерно выделять следующие компоненты содержания обучения двигательным действиям:

• Создание педагогом предпосылок и стимулов учебной деятельности (определение очередных задач и заданий для учащихся, мотивация необходимости решения этих задач и преодоления возникающих трудностей, опора на усвоенное ранее).

• Восприятие занимающимися нового учебного материала – наглядного, выполняемого по слову (при наличии двигательного опыта); анализ и осмысливание заданного, достижение понимания сути и значения задач, заданий; усвоение соответствующих понятий, принципов и правил практического использования изученного, формирование на этой основе новых знаний и введение их в систему познанного; совершенствование используемых учеником методов познавательной деятельности, сопряжённое с этим развитие интеллектуальных способностей.

• Овладение, на основе приобретаемых знаний, полноценной техникой двигательных действий (в целом и по отдельным фазам, элементам, характеристикам); формирование и совершенствование в основном варианте соответствующих двигательных умений и навыков, сопряжённые с данной образовательной работой развития двигательных качеств.

• Овладение опытом применения специальных знаний, двигательных умений и навыков в более сложных условиях, связанное, с одной стороны, с обучением самостоятельной ориентировке в этих условиях, творческому решению задач и с воспитанием интеллектуальных, моральных и волевых качеств, а с другой стороны - с обучением самостоятельному варьированию усвоенной техники соответственно новым задачам и условиям; сопряженные с этим содержанием развитие интеллектуальных, двигательных и волевых качеств.

• Сопряжённое с учебной работой формирование гармонического телосложения, предупреждение нарушений осанки, попутное и специальное развитие двигательных качеств.

• Самоконтроль, анализ, взаимооценка и самооценка учащимися учебной деятельности и её результатов, отчёт в этом педагогу; контроль педагога за действиями и успеваемостью учащихся, оценочная информация, обсуждение достижений и недостатков.

Последовательность и полнота включения отмеченных компонентов в конкретный педагогический процесс не являются стандартными. Они зависят от наличия и порядка решения частных задач, средств, уровня подготовленности занимающихся, внешних условий.

Сочетание компонентов учебного процесса в значительной мере зависит и от необходимости использовать незавершённые циклы возрастного развития с целью своевременной активизации прогрессивных изменений, повышения обучаемости двигательным действиям и развития других способностей.

Структура процесса обучения, рассчитанная на относительно длительные периоды (в зависимости от сложности и доступности учебного материала – на несколько занятий, недель, на год и более) в практике физического воспитания школьников сохраняет, в основном, общепринятые этапы, их направленность, специфические задачи и основное содержание. Однако на всех трёх этапах (начального разучивания, углублённого разучивания и совершенствования) компоненты содержания, методы и методические приёмы должны конкретизироваться в соответствии с возрастными особенностями занимающихся.

Главное заключается в том, что схема:

от начального разучивания к углубленному и от него к совершенствованию рассчитана, по существу, на формирование отдельных двигательных умений и навыков. В практике же, особенно в сфере общего физического воспитания, занятия носят преимущественно (в наибольшей мере в младшем школьном возрасте) *комплексный характер*. Вследствие этого, в одном занятии обучают разным двигательным действиям. Причём, наряду с начальным разучиванием одного действия, имеет место углублённое разучивание и даже совершенствование других. Приходится считаться с неизбежной концентричностью прохождения учебного материала (в очередных возрастных группах частично повторяется пройденное). Всё это значительно осложняет планирование и осуществление учебно-воспитательного процесса, требует от педагога постоянных творческих усилий. В области специализированного обучения и воспитания (по линии внеклассных, внешкольных занятий, особенно неурочных формах физической

культуры) более выражено линейное построение учебного процесса. Сущность линейного способа построения учебных программ состоит в том, что отдельные части (шаги, порции) учебного материала выстраиваются как бы по одной линии и образуют непрерывную последовательность тесно связанных между собой и взаимообусловленных звеньев – ступеней учебной работы, – как правило, только один раз. Причем новое выстраивается на основе уже известного и в тесной связи с ним. Концентрический способ построения учебных программ позволяет один и тот же материал (вопрос) излагать несколько раз, но с элементами усложнения, с расширением, обогащением содержания образования новыми компонентами, с углублением рассмотрения имеющихся между ними связей и зависимостей.

Успех обучения двигательным действиям в значительной степени зависит от правильного выбора и сочетания методов, которые должны гарантировать реализацию методических принципов. В физическом воспитании детей школьного возраста большое значение приобретает реализация принципа наглядности.

Наглядность важно понимать широко – и как непосредственную, обусловленную конкретными зрительными, слуховыми, проприоцептивными и тактильными ощущениями и восприятиями, и как опосредованную, опирающуюся на образы, представления, воспроизводимые и создаваемые занимающимися в результате словесных воздействий педагога (рассказа, описания, объяснения и др.) или построенные ими путём творческого воображения. Важно исходить из того, что второсигнальные (словесные) раздражители, при известных условиях, могут заменить первосигнальные (чувственные), обеспечивая в то же время более глубокое проникновение в суть, реальный смысл и значение изучаемого. Слово (живая или письменная речь) как средство обеспечения наглядности должно широко использоваться в работе со всеми возрастными группами, но при условии опоры на усвоенные представления, понятия и другие знания и практический опыт занимающихся. То обстоятельство, что знания и опыт младших возрастных групп более ограничены и поверхностны, существенного значения не имеет, так как изучаемое ими является относительно простым, доступным пониманию и связано с предыдущим.

Что касается использования непосредственной наглядности (в тех случаях, когда занимающиеся не располагают исходными знаниями и двигательным опытом, или, когда нет необходимости добиваться глубокого проникновения в суть изучаемого, развивать творческие способности, либо приходится экономить время), то в работе с детьми следует добиваться осмысленного восприятия демонстрируемых движений. С этой целью восприятия должны возводиться на уровень организованных наблюдений с широким использованием словесных приёмов – ориентировочных заданий, предварительных и попутных указаний, советов и др. Таким соединением методических приёмов, обеспечивающих сочетание непосредственной наглядности с приёмами ориентировочных словесных воздействий, будет создаваться более полное, всестороннее и точное восприятие, а вместе с тем, и адекватное учебным задачам представление.

Данное сочетание методических приёмов ведёт к утончённому развитию органов чувств. Эту возможность особенно важно использовать в младшем и в начале среднего школьного возраста, когда сохраняются ещё относительно высокие темпы сенсомоторного развития.

Сочетание методов и методических приёмов учебно-воспитательной работы обусловлено закономерностями обучения (единства обучения и развития, воспитывающего обучения), целесообразностью комплексного решения различных задач, реализацией методических принципов в их единстве. Такой подход, в частности, диктуется единством чувственного и логического в познавательных действиях, невозможностью (и недопустимостью) отрыва восприятий и практических действий от мышления, творческого воображения и эмоционально-волевых установок. Однако подбор и сочетание методов и методических приёмов не должен быть стандартным. Нельзя допускать универсализации отдельных методов или приёмов, особенно в работе с детьми и подростками, не терпящей однообразия и штампов. Широко распространённое шаблонное использование такого необходимого метода как показ нередко даёт малый эффект в освоении полноценных знаний и умений, особенно в воспитании личности школьника. В ряде случаев он даже тормозит интеллектуальную активность детей в познавательном процессе, исключает проявление творческих усилий, необходимых для воспитания самостоятельности и инициативности в двигательной деятельности. Так, если для создания представления об изучаемом движении педагог

лишь покажет его, ученики запечатлят внешнюю обобщённую картину увиденного и воспроизведя её путём подражания, неизбежно допустят существенные недочёты в технике.

При сочетании приёмов описания и показа важно соблюдать правильную последовательность. Нецелесообразно сразу после описания показывать изучаемое. Занимающиеся, особенно младших возрастов, зная, что обязательно последует показ, чаще всего недостаточно внимательно слушают описание и не утруждают себя напряжением мышления. Так теряется воспитательно-образовательное преимущество описания. Нецелесообразен и обратный порядок. Получив сразу готовую модель, особенно если показанное вызвало острый интерес, наиболее реактивные дети настраиваются на немедленное выполнение. Последующее описание им трудно выслушать внимательно, так как торможение возникшего желания действовать чаще всего оказывается непосильным. При этом варианте лучше разрешить сначала пробное выполнение, а затем уже, обратив внимание на допущенные ошибки, воспользоваться элементами описания.

При упражнении занимающихся в целях овладения каким-либо двигательным умением необходимо ориентировать их на достижение с каждым повторением всё большего совершенства. Анализируя результаты такой работы, в целях устранения допущенных ошибок, не следует привлекать внимание к их особенностям, а направлять его на уяснение того, каких показателей правильной техники ещё не удалось достичь и на что, в первую очередь, следует сосредоточить усилия для обеспечения и закрепления успеха. Начиная с первых занятий необходимо воспитывать у детей нетерпимость к небрежному, неряшливому выполнению действий, к любым недоработкам. Вообще же необходимо своевременно принимать меры предупреждения ошибок – соблюдение постепенности, последовательности и доступности в заданиях; широкое использование, особенно в начальном обучении, подводящих упражнений к наиболее сложным в координационном отношении двигательным действиям; предваряющее развитие двигательных качеств, необходимых для правильного выполнения движений; обеспечение разумной помощи и страховки (не подменяя личные усилия занимающихся); воздержание от работы по совершенствованию техники в утомлённом состоянии и др. Недопустима практика механического натаскивания и форсирования количественных достижений при недостаточном владении техникой.

В учебной работе со школьниками особого внимания требует закрепление освоенных двигательных умений и доведение их до уровня навыков. *Во-первых,* необходимо иметь ввиду, что освоение значительного числа движений направлено на обучение управлению двигательным аппаратом, на совершенствование движений и воспитание соответствующих способностей. В этом случае процесс упражнения является эффективным лишь до тех пор, пока налицо необходимость преодоления координационных трудностей. Поскольку многие, приобретаемые этим путём умения, сами по себе не находят применение в конкретной жизненной практике (в быту, труде, спорте), нет необходимости в прочном закреплении их, превращении в навыки.

Во-вторых, нецелесообразно закреплять до степени устойчивого навыка те двигательные умения, над совершенствованием которых предстоит повторная учебная работа в соответствии с программными требованиями в последующие годы. Временно не следует закреплять и те, которые представляют лишь исходный вариант для последующего формирования других вариантов применительно к новым и более сложным условиям двигательной деятельности (наиболее типичные из них могут доводиться до уровня навыков).

Обучение в процессе физического воспитания обеспечивает одну из его сторон – физическое образование, под которым понимается «системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний».

При овладении техникой какого-либо двигательного действия вначале возникает умение его выполнять, затем, по мере дальнейшего углубления и совершенствования, умение постепенно переходит в навык. Умение и навык отличаются друг от друга главным образом степенью их освоенности, т.е. способами управления со стороны сознания человека.

Двигательное умение – это такая степень владения двигательным действием, при котором управление движениями происходит при активной роли мышления.

Умение выполнять новое двигательное действие возникает на основе следующих предпосылок: необходимого объема знаний о технике действия; наличия двигательного опыта; достаточного уровня физической подготовленности, при творческом мышлении в процессе управления движениями.

Характерными признаками двигательного умения являются:

– Управление движениями происходит неавтоматизировано.

– Сознание ученика загружено контролем каждого движения.

– Невысокая быстрота выполнения действия.

– Действие выполняется неэкономно, при значительной степени утомления.

– Неустойчивостью к действию сбивающих факторов.

– Нестабильность результатов действия.

Роль двигательных умений в физическом воспитании может быть различной. В одних случаях умения доводят до навыков, если необходимо добиться совершенного владения техникой двигательного действия. В других случаях двигательные умения вырабатываются без последующего перевода их в навыки. В этом случае они являются как бы вспомогательными. Так, например, в ряде случаев материал школьной программы по физической культуре может быть усвоен именно на уровне умения.

Двигательные умения имеют большую образовательную ценность, поскольку главным в них является активное творческое мышление, направленное на анализ и синтез движений. Дальнейшее совершенствование двигательного действия при многократном повторении приводит к автоматизированному его выполнению, т.е. умение переходит в навык. Это достигается постоянным уточнением и коррекцией движения. В результате появляется слитность, устойчивость движения, а главное – автоматизированный характер управления движением.

Двигательный навык – это такая степень владения двигательным действием, при которой управление движениями происходит автоматизировано (т.е. при минимальном контроле со стороны сознания).

При навыке сознание направлено главным образом на узловые компоненты действия: восприятие изменяющейся обстановки и конечные результаты действия. Так, занимающиеся сосредоточивают свое внимание во время бега в основном на контроле за скоростью; при передвижении на лыжах – на изменении рельефа. Характерные признаки:

1. Выполнение отдельных движений, входящих в двигательное действие, без сосредоточения на них внимания ученика. Достигается это за счет наступившей автоматизации процесса выполнения движений.

2. Автоматизированное выполнение движений является приобретенным в результате обучения или жизненной практики.

3. Автоматизация не снимает ведущей роли сознания при выполнении двигательного действия. При формировании двигательных навыков автоматизируются не содержание, не смысл действий, а процесс исполнения некоторых движений, некоторых элементов их структуры (например, координационные отношения нервно-мышечных процессов, взаимосвязи двигательных и вегетативных компонентов). Поэтому нельзя противопоставлять сознательное автоматизированному. Сознательное и автоматизированное в двигательных навыках предстает в диалектическом единстве.

4. Сознание ученика направлено в основном на узловые компоненты действия, на учет изменений в обстановке и творческое решение двигательной задачи. По необходимости обучаемый берет под контроль выполнение каждого движения, вводя необходимые коррективы в исполнение или переключаясь на выполнение другого действия (например, при потере равновесия в стойке на голове и руках ученик группируется и делает перекат вперед).

5. Двигательный навык обладает высокой устойчивостью. Это означает, что двигательное действие может выполняться с меньшей возможностью нарушений в других условиях (в ином спортивном зале, на других снарядах и пр.), при действии на учеников непривычных раздражителей (зрителей, сильного шума, повышенной температуры и пр.).

6. Для двигательного навыка свойственна определенная системность в движениях. Это выражается объединением отдельных движений в целостное двигательное действие с устранением лишних

движений, задержек. Повышается точность движений, совершенствуется их ритм, укорачивается время действия в целом. Достигается это за счет того, что проприорецептивные сигналы об окончании каждой предыдущей части действия становятся автоматическим пусковым импульсом для каждой последующей части.

7. Формирование двигательного навыка сопровождается перераспределением функций анализаторов. Повышается роль двигательного анализатора, так как мышечное чувство приобретает ведущее значение в контроле за движениями и в этом смысле отчасти замещает функции зрительного анализатора. Зрительный анализатор переключается на контроль обстановки и результативности деятельности.

Совершенное владение навыком приводит к возникновению своеобразного комплексного ощущения, которое является результатом тончайших дифференцировок и синтеза показаний всех анализаторов. Спортсмен – пловец это ощущение называет чувством воды, футболист – чувством мяча и т.п.

Характер и конкретный порядок сочетания методов определяется следующим:

1. Задачами учебно-воспитательной работы. Например, если необходимо создать лишь общее представление о внешней форме изучаемого движения, достаточно использовать описание или показ, или то и другое в сочетании. Если же необходимо добиться глубокого понимания сути движения, расширения представлений, выяснения каких-либо закономерностей, обоснования того или иного правила, требования – прибегают, особенно в старшем школьном возрасте, к объяснению (установления причинно-следственных связей и отношений), сочетая его с приёмами демонстрации и др. Если же поставлена задача обеспечить творческую активность занимающихся, воспитывать у них самостоятельность, инициативность – требуется соединение проблемных ситуаций и использование заданий творческого характера.

2. Особенностями занимающихся. Например, в работе с детьми младшего школьного возраста требуется больше указаний. Излагать содержание игры лучше в образной, по возможности, художественной форме. Чаще придется пользоваться односторонним разбором (воспроизведение учителем картины выполненного и на этой основе анализ действий и поведения занимающихся). В работе с хорошо подготовленными учащимися, а тем более со старшеклассниками, особое значение приобретут беседа, коллективный разбор, глубокие по содержанию объяснения с опорой на знания по другим учебным предметам, графическое изображение и др.

3. Особенностями изучаемого материала. Например, при обучении игре не обойтись без предварительного рассказа, элементов описания и последующего разбора. Когда двигательное действие простое и учащиеся в состоянии сразу его выполнить целесообразно разучивать в целом и т.п.

4. Внешними условиями учебной работы. Например, в условиях пониженной температуры воздуха, значительного ветра неуместно прибегать к рассказу, длительным объяснениям, подробному разбору. Вместо этого придется опираться, главным образом, на краткие указания, команды.

Каждый из методов обучения двигательным действиям осуществляет воспитательную функцию в соответствии с его специфическими чертами. В процессе беседы учащиеся могут делиться своими мыслями, соображениями, выяснять сомнения, требовать дополнительных доказательств. Тем самым беседа как метод обучения содействует превращению знаний в убеждения. Благодаря рассказу учащиеся получают яркий образный материал, оказывающий на них эмоциональное воздействие, дающий возможность прочувствовать, пережить те или иные факты, события.

Тема лекционного занятия: Методика обучения двигательным действиям детей младшего школьного возраста.

Цели занятия: познакомить с **м**етодикой обучения двигательным действиям детей младшего школьного возраста.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

В процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста применяются методы упражнения, методы использования слова и методы обеспечения наглядности. Применительно к возрасту занимающихся привлечение названных методов сопряжено с некоторыми особенностями, на которые учителю следует обратить внимание. Некоторые особенности применения метода упражнения в работе с младшими школьниками: при обучении предпочтение следует отдать целостному упражнению, расчленение его на элементы снижает интерес к выполнению; многократное повторение одного и того же упражнения утомляет детей, но без этого невозможно формирование двигательного навыка. Для успешного обучения младших школьников необходимо варьировать упражнения, изменять условия выполнения, исходное положение, направление движения и т. п.; непосредственная помощь (или проводка) как методический прием должна использоваться тем чаще, чем младше возраст обучаемых. Этот прием необходим при обучении 6-летних; длительные перерывы в занятиях отрицательно сказываются на процессе обучения; новое упражнение следует изучать на 3 - 4-х уроках подряд, а затем периодически повторять на последующих занятиях с уточнением отдельных элементов. Особенности использования методов обеспечения наглядности при обучении младших школьников: показ должен быть качественным и многократным. Показывать упражнения необходимо в различных ракурсах, не только в том темпе, в котором движение должно выполняться, но и в замедленном; показывать необходимо непосредственно перед тем, как движение будут выполнять дети. Если между показом и выполнением допускается продолжительная пауза, то внимание детей будет переключаться на посторонние объекты; показывать должен не только сам педагог; в ходе обучения целесообразно в качестве демонстрирующего выбирать ребенка, у которого упражнение получилось хорошо. Это внушает другим детям уверенность в доступности упражнения, активизирует их деятельность и ускоряет процесс освоения двигательного действия; кроме натурального показа, могут быть использованы и наглядные пособия. Это должны быть красочные цветные изображения детей, выполняющих соответствующие упражнения, или макеты, диафильмы и т.п. При всей занимательности и яркости наглядные пособия должны подчеркивать основу структуры упражнения, выделять главные его элементы; использование предметных ориентиров - методический прием, способствующий большей наглядности. При работе с детьми целесообразно широкое применение таких предметов, как флажки, цветные фишки, палки, обручи, подвешенные мячи, кольца, а также разметка указателей мелом или краской на полу, стенке, асфальте, дорожке. Например, при обучении юных горнолыжников вместо традиционных флагов применяются разметки в виде забавных зверюшек. На всех этапах обучения показ должен сопровождаться словесным объяснением. Методы слова и наглядности тесно связаны между собой: доступное образное объяснение обеспечивает более полную наглядность, более глубокое понимание содержания действия, которое предстоит изучить. У детей мал не только объем двигательных умений и навыков, но и словарный запас. Поэтому метод слова должен применяться при их обучении с соблюдением ряда методических особенностей: объяснение, рассказ, указания и команды должны быть лаконичны, доступны и понятны детям; использование образной речи не только помогает постичь суть движения, но и вносит элемент игры, эмоциональную окраску в ход занятий, что крайне необходимо детям и способствует ускорению процесса обучения; словесные сигналы применимы и при освоении темпа и ритма выполняемого упражнения. Здесь могут использоваться и условные звуковые сигналы голосом или свистом. Ритм может быть задан хлопками в ладоши, музыкой; в практике физического воспитания успешно используется и такой прием, как сочетание выполнения упражнения с громким проговариванием - речитативом. Особенно часто он используется при групповых занятиях; оценка деятельности - важный методический прием, который способствует активности детей. Повторяя упражнение, ребенок должен быть уверен, что его старания и успехи будут оценены. Для того чтобы успешно управлять процессом развития физических качеств, необходимо периодически измерять уровень их показателей с помощью контрольных упражнений или тестов. Для младших школьников приемлемы в качестве тестов бег на 30-60 м, челночный бег 3х10 м, прыжки в длину с места, подтягивание, броски набивного мяча весом 1 кг, измерение гибкости позвоночного столба и др. Тестирование следует проводить не ре же двух раз в год. При воспитании скоростных качеств следует стремиться раз-

вивать у детей способность к высокому темпу движений, что сделать в старшем возрасте будет уже чрезвычайно трудно. Игровой соревновательный методы как нельзя лучше способствуют решению этой задачи. Следует отдавать предпочтение целостным двигательным действиям и избегать узкоспециальных упражнений. Учитывая исключительную важность быстроты и сенситивный возраст занимающихся, скоростные упражнения должны включаться во все уроки физической культуры в начальных классах. В развитии силы у младших школьников основным следует считать метод повторных усилий. Когда упражнение повторяется многократно (8-12 раз), то это способствует утолщению мышечных волокон и росту мышечной массы. Большое внимание необходимо уделить мышечным группам, которые формируют осанку. Здесь приемлемы и кратковременные статические упражнения. Упражнения для развития силы должны применяться не только на уроках, но и в качестве домашних заданий. Воспитание ловкости через увеличение запаса двигательных умений и навыков и путем приобретения способности быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с меняющейся обстановкой - процесс довольно продолжительный. В этой связи к развитию ловкости у детей следует приступать как можно раньше: желательно с приходом их в школу. Материал, способствующий развитию этого качества, следует включать в каждый урок физической культуры. Воспитывать ловкость следует в подготовительной и в начале основной части урока. При выполнении сложных по координации упражнений сериями интервалы отдыха должны быть достаточными для восстановления. Из числа методических приемов, которыми пользуются для развития ловкости в процессе физического воспитания младших школьников, можно рекомендовать: а) применение необычных исходных и конечных положений при выполнении упражнений; б) «зеркальное» выполнение упражнений; в) выполнение упражнений в равновесии. Воспитание гибкости у младших школьников, как правило, не составляет проблемы в связи с высокой степенью эластичности тканей, отсутствием мощной мускулатуры и другими факторами. Поддерживать оптимальный уровень гибкости плечевых и тазобедренных суставов и позвоночного столба можно, включая соответствующие упражнения в школьный урок, домашние задания, утреннюю зарядку и другие формы занятий. Упражнения для развития гибкости следует применять после разогрева (разминки); они могут чередоваться с силовыми упражнениями, производиться на фоне утомления. Критерием достаточности этих упражнений служит ощущение боли в момент выполнения. Выносливость младших школьников развивается как в результате суммарного эффекта от нагрузок, связанных с воспитанием других качеств, так и в специально направленных занятиях. Некоторые специалисты успешно применяют с этой целью продолжительный бег со скоростью 60% от максимальной. Поскольку воспитание выносливости сопряжено с выполнением упражнений на фоне наступившего утомления, то ими следует наниматься в конце урока после обучения новому материалу или после выполнения упражнений на быстроту и ловкость. Многократное, однообразное повторение упражнения с целью воспитания выносливости не привлекает младших школьников; необходимы приемы, стимулирующие желание заниматься, для чего уместно применение игрового и соревновательного методов. Взаимодействие физических качеств у детей 6-9 лет, как правило, положительное, что позволяет в методике воспитания этих качеств прибегать к комплексному подходу. Это означает, что в одном уроке могут успешно сочетаться упражнения на быстроту, силу, гибкость, ловкость и по суммарному воздействию - на выносливость.

Тема лекционного занятия: Методика обучения двигательным действиям детей среднего и старшего школьного возраста.

Цели занятия: познакомить студентов с методикой обучения двигательным действиям детей среднего и старшего школьного возраста.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Средний школьный возраст (подростковый) охватывает детей в возрасте от 12 до 15 лет (V—VIII классы).

Подростковый возраст — это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Прирост основных двигательных способностей в среднем школьном возрасте приведен в таблицах.

У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности (в метаниях на меткость и на дальность, в спортивно-игровых двигательных действиях), силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Задачи физического воспитания в среднем школьном возрасте. Многогранность задач, решаемых в среднем возрасте, позволяет:

- содействовать гармоничному физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения Правил личной гигиены;
- осуществлять дальнейшее обучение основам базовых видов двигательных действий (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжная подготовка, плавание);
- продолжать развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формировать основы знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма; развивать волевые и нравственные качества; вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах само контроля;
- углублять представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий и оказании первой помощи при травмах;
- воспитывать привычки к самостоятельным занятиям в свободное время физическими упражнениями, избранными видами спорта;
- вырабатывать организаторские навыки проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формировать умения адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;
- содействовать развитию психических процессов и обучению основам психической саморегуляции.

Средства физического воспитания. Основными средствами физического воспитания детей 12—15 лет являются физические упражнения, с помощью которых у подростков формируются жизненно важные умения и навыки, повышаются физические способности (качества) и адаптивные свойства организма.

Физическая подготовленность. Дети среднего школьного возраста должны показывать результаты не ниже среднего уровня показателей, характеризующих развитие основных физических качеств.

Особенности методики физического воспитания. Особенностью урочных форм занятий с детьми среднего школьного возраста является углубленное обучение базовым видам двигательных действий (гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры, плавание).

В подростковом возрасте увеличиваются индивидуальные различия детей, что необходимо учитывать в обучении движениям и при развитии двигательных способностей. В этой связи для группы школьников и отдельных учащихся следует дифференцировать задачи, содержание, темп овладения программным материалом, оценку их достижений. Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих или низкие или высокие результаты.

При выборе средств и методов, используемых на занятиях, необходимо в большей мере, чем в младшем школьном возрасте, учитывать половые особенности учащихся.

Соотношение практических методов (игрового, строго регламентированного упражнения) примерно равное.

Старший школьный возраст (юношеский) охватывает детей с 16 до 18 лет (IX—XI классы). К этому возрасту относятся и учащиеся средних специальных учебных заведений.

Особенности возрастного развития. Старший школьный возраст характеризуется продолжением процесса роста и развития, что выражается в относительно спокойном и равномерном его протекании в отдельных органах и системах. Одновременно завершается половое созревание. В этой связи четко проявляются половые и индивидуальные различия как в строении, так и в функциях организма. В этом возрасте замедляются рост тела в длину и увеличение его размеров в ширину, а также прирост в массе.

В 15—17 лет у школьников заканчивается формирование познавательной сферы. Наибольшие изменения происходят в мыслительной деятельности. У детей старшего школьного возраста повышается способность понимать структуру движений, точно воспроизводить и дифференцировать отдельные (силовые, временные и пространственные) движения, осуществлять двигательные действия в целом.

Старшеклассники могут проявлять достаточно высокую волевую активность, например настойчивость в достижении поставленной цели, способность к терпению на фоне усталости и утомления. Однако у девушек снижается смелость, что создает определенные трудности в физическом воспитании.

В старшем школьном возрасте по сравнению с предыдущими возрастными труппами наблюдается снижение прироста в развитии кондиционных и координационных способностей. .

Тем не менее в этот возрастной период сохраняются еще немалые резервы для улучшения двигательных способностей, особенно если это делать систематически и направленно.

Задачи физического воспитания. К ним относятся:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умении использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостоять стрессам; формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;
- приобретение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений при менять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно- силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных (быстроты перестроения двигательных действий, согласования, способности к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.) способностей;
- формирование знаний: о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке; о значении занятий физическими упражнениями для будущей трудовой деятельности; о выполнении функций отцовства и материнства, о подготовке к службе в армии;
- закрепление навыков в систематичных и регулярных занятиях физическими упражнениями и избранными видами спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма; развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
- дальнейшее содействие в развитии психических свойств и качеств личности и обучение основам психической регуляции.

Средства физического воспитания. Программа физической активности детей старшего школьного возраста весьма насыщенна и разнообразна.

Особенности методики физического воспитания. В старшем школьном возрасте уроки физической культуры с юношами и девушками проводятся раздельно. Анатомо-физиологические и психические особенности юношей и девушек требуют различного подхода к организации занятий, подбору средств и методов обучения двигательным действиям и воспитанию физических качеств, к дозировке физической нагрузки.

На занятиях со старшеклассниками увеличивается доля упражнений сопряженного воздействия на кондиционные и координационные способности, а также упражнений, при которых одновременно закрепляются и совершенствуются двигательные навыки (техника) и физические качества.

Интенсификация обучения в этом возрасте идет по пути усиления тренировочной направленности уроков. Доля игрового метода сокращается, а соревновательного — увеличивается.

В работе со старшеклассниками рекомендуется шире, чем в предыдущих возрастах, применять метод индивидуальных заданий, дополнительных упражнений, заданий по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей с учетом типа телосложения, наклонностей, физической и технико-тактической подготовленности.

Прохождение и освоение учебного материала должно осуществляться в логической последовательности, в системе взаимосвязанных уроков.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Формирование здорового образа жизни школьников средствами физической культуры

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.1.

1. Особенности развития ребенка в младшем, среднем и старшем школьном возрасте.
2. Организованные физкультурные занятия и свободная двигательная деятельность.
3. Основные средства физического воспитания детей младшего, среднего и старшего возраста.
4. Двигательные умения и навыки, способствующие развитию двигательного аппарата школьников.
5. Оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода) и гигиенические факторы.
6. Виды физических упражнений, используемые в процессе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего возраста.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие ребёнка

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.2.

1. Группа оздоровительных задач: повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания.
2. Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки.
3. Повышение функциональных возможностей вегетативных органов с помощью физических упражнений.
4. Воспитание физических способностей (координационных, скоростных, силовых, выносливости, гибкости).
5. Группа образовательных задач: формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков.
6. Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой.
7. Группа воспитательных задач: воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и др.); содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Возрастные особенности физического развития, физической подготовленности детей школьного возраста.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.1.

1. Особенности развития движений у детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
2. Примерный уровень физической подготовленности детей 7-10, 11-15,16-17 лет.
3. Основы двигательной активности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
4. Специфические и общепедагогические методы в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
5. Дозировка физической нагрузки в процессе занятий физической культурой с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.
6. Методы целостного и раздельного разучивания при освоении новых движений детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
7. Планирование процесса физической и двигательной подготовки детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям**.**

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.2.

1. Методические особенности физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
2. Государственная форма организации физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
3. Самодеятельная форма организации физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
4. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
5. Методы и приёмы обучения детей младшего, среднего и старшего школьного возраста двигательным действиям.
6. Двигательные возможности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста по методике направленного использования средств и методов физической культуры.
7. Основа двигательной активности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
8. Значение игровой деятельности (подвижные и спортивные игры) в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия Методика обучения двигательным действиям детей младшего школьного

возраста.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.1.

1. Особенности обучения учащихся 1-4 классов одному из видов физического упражнения (по выбору).
2. Классификация, причины возникновения и методика устранения ошибок в технике выполнения физических упражнений учащихся 1-4 классов.
3. Дидактические особенности обучения двигательному навыка в начальной школе.
4. Контроль за техникой физических упражнений и критерии их оценки учащихся 1-4 классов.
5. Методика проведения физкультурных занятий с учащимися 1-4 классов.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия. Методика обучения двигательным действиям детей среднего и старшего школьного возраста.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.2.

1. Особенности обучения учащихся 5-9, 10-11 классов одному из видов физического упражнения (по выбору).
2. Классификация, причины возникновения и методика устранения ошибок в технике выполнения физических упражнений учащихся 5-9, 10-11 классов.
3. Дидактические особенности обучения двигательному навыка в начальной школе. Контроль за техникой физических упражнений и критерии их оценки учащихся 5-9, 10-11 классов.
4. Методика проведения физкультурных занятий с учащимися 5-9, 10-11 классов.
5. Пути реализации методических принципов обучения на уроках физической культуры учащихся 5-9, 10-11 классов.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы физического воспитания детей школьного возраста. Тема 1.1. Формирование здорового образа жизни школьников средствами физической культуры	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Тема 1.2. Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие школьников	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 2. Развитие двигательной основы, методы и принципы двигательных действий Тема 2.1. Возрастные особенности физического развития, физической подготовленности детей школьного возраста.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 3. Методика обучения двигательным действиям детей младшего, среднего и старшего школьного возраста. Тема 3.1. Методика обучения двигательным действиям детей младшего школьного возраста.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 3.2. Методика обучения двигательным действиям детей среднего и старшего школьного возраста.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1.Дать определение термину «здорового образа жизни» и кратко охарактеризовать основные компоненты здорового образа жизни детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

2.Виды основной гимнастики в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

3. Легкая атлетика в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

4. Ходьба и бег на лыжах в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

5. Плавание в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

6. Подвижные и спортивные игры в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

7. Значение оздоровительных сил природы как средства физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

8. Значение гигиенических факторов как средства физического младшего, среднего и старшего школьного возраста.

9. Охарактеризуйте оздоровительные задачи физического воспитания младших школьников (7-10 лет).

10. Охарактеризуйте образовательные задачи физического воспитания младших школьников (7-10 лет).

11. Охарактеризуйте воспитательные задачи физического воспитания младших школьников (7-10 лет).

12. Охарактеризуйте оздоровительные задачи физического воспитания школьников среднего возраста (11-15 лет).

13. Охарактеризуйте образовательные задачи физического воспитания школьников среднего возраста (11-15 лет).

14. Охарактеризуйте воспитательные задачи физического воспитания школьников среднего возраста (11-15 лет).

15. Охарактеризуйте оздоровительные задачи физического воспитания школьников старшего возраста (16-17 лет).

16. Охарактеризуйте образовательные задачи физического воспитания школьников старшего возраста (16-17 лет).

17. Охарактеризуйте воспитательные задачи физического воспитания школьников старшего возраста (16-17 лет).

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Охарактеризуйте возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

2. Назовите периоды биологического развития детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

3. Приведите примеры средних показателей массы тела и роста здоровых детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

4. Особенности развития движений у детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

5. Примерный уровень физической подготовленности детей 7-10, 11-15,16-17 лет.

6. Охарактеризуйте формы организации занятий физическими упражнениями с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

7. Значение утренней гимнастики в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

8. Значение физкультурных занятий урочного типа в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

9. Значение подвижных и спортивных игр в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

10. Значение физкульт паузы и физкульт минутки в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

11. Значение физкультурных праздников в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

12. Значение самостоятельных занятий физическими упражнениями в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

13. Каковы методические особенности физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

14. Охарактеризуйте государственную форму организации физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

15. Охарактеризуйте самодеятельную форму организации физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

16. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

17. Основные методы и приёмы обучения детей младшего, среднего и старшего школьного возраста двигательным действиям.

18. Охарактеризуйте двигательные возможности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста по методике направленного использования средств и методов физической культуры.

19. Основы двигательной активности детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

20. Значение игровой деятельности (подвижные и спортивные игры) в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

21. Специфические и общепедагогические методы в системе физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

22. Дозировка физической нагрузки в процессе занятий физической культурой с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

23. Методы целостного и раздельного разучивания при освоении новых движений детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

24. Планирование процесса физической и двигательной подготовки детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

22. Пути реализации методических принципов обучения на уроках учащихся 5-9, 10-11 классов.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Каковы особенности построения и содержания рабочего плана для 1-4 классов.

2. Каковы особенности построения и содержания годового плана для 1-4 классов.

3. Проведите анализ содержания программы по физическому воспитанию учащихся 1-4 классов.

4. Содержание государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура» для учащихся 1-4 классов.

5. Какие основные учебные программы представляют Госстандарт в области общего образования по предмету «Физическая культура» для учащихся 1-4 классов.

6. Какие основные разделы учебной программы по физической культуре для учащихся 1-4 классов.

7. Особенности обучения учащихся 1-4 классов одному из видов физического упражнения (по выбору).

8. Классификация, причины возникновения и методика устранения ошибок в технике выполнения физических упражнений учащихся 1-4 классов.

9. Дидактические особенности обучения двигательному навыка в начальной школе. Контроль за техникой физических упражнений и критерии их оценки учащихся 1-4 классов.

10. Методика проведения занятий с учащимися 1-4 классов.

11. Пути реализации методических принципов обучения на уроках учащихся 1-4 классов.

12. Каковы особенности построения и содержания рабочего плана для 5-9, 10-11 классов.

13. Каковы особенности построения и содержания годового плана для 5-9, 10-11 классов.

14. Проведите анализ содержания программы по физическому воспитанию учащихся 5-9, 10-11 классов.

15. Содержание государственного образовательного стандарта по предмету «Физическая культура» для учащихся 5-9, 10-11 классов.

16. Какие основные учебные программы представляют Госстандарт в области общего образования по предмету «Физическая культура» для учащихся 5-9, 10-11 классов.

17. Какие основные разделы учебной программы по физической культуре для учащихся5-9, 10-11 классов.

18. Особенности обучения учащихся 5-9, 10-11 классов одному из видов физического упражнения (по выбору).

19. Классификация, причины возникновения и методика устранения ошибок в технике выполнения физических упражнений учащихся 5-9, 10-11 классов.

20. Дидактические особенности обучения двигательному навыка в начальной школе. Контроль за техникой физических упражнений и критерии их оценки учащихся 5-9, 10-11 классов.

21. Методика проведения занятий с учащимися 5-9, 10-11 классов.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Теоретические основы физического воспитания детей школьного возраста.

Тема 1.1. Формирование здорового образа жизни школьников средствами физической культуры

Цель физической культуры в школе – способствовать всестороннему, гармоническому развитию и подготовке детей к жизни, в первую очередь, к приобретению профессии и успешному включению в трудовую деятельность





Тема 1.2. Задачи физического воспитания, обеспечивающие гармоничное развитие школьников.

Общие задачи физической культуры в школе:

1. Содействовать нормальному формированию, гармоническому развитию растущего организма;
2. Обучать основам техники движений;
3. Совершенствовать двигательные и связанные с двигательной деятельностью, интеллектуальные, волевые и эмоциональные качества;
4. Воспитывать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и использовании других средств физической культуры;
5. Воспитывать высокие нравственные качества, приучить к организованности, дисциплинированности, ответственности за свои действия и поступки;

Ведущей направленностью физического воспитания и использования других форм физической культуры в школьном возрасте является ***общеподготовительная***

РАЗДЕЛ 2. Развитие двигательной основы, методы и принципы двигательных действий

Тема 2.1. Возрастные особенности физического развития, физической подготовленности детей школьного возраста.

К школьному возрасту относятся дети, подростки и юноши в возрасте от 6-7 до 17-18 лет. В соответствии с существующей в нашей стране системой общего образования, этот возрастной период подразделяется на 3 этапа: **младший, средний и старший**



Сенситивные периоды – это периоды в которые какое-либо качество развивается наиболее интенсивно. Это периоды в жизни человека, создающие наиболее благоприятные условия для формирования у него определенных качеств, период наивысших возможностей для наиболее эффективного развития



Тема 2.2. Система принципов, применяемых в процессе физического воспитания. Методы и приёмы обучения двигательным действиям.



Обучение двигательным действиям в школьном возрасте направлено, прежде всего, на формирование, углубление и расширение специальных знаний в виде представлений, обобщений и понятий, закономерностей, принципов и правил двигательной деятельности



Искусство педагога заключается также в том, чтобы, обучая движениям, последовательно подводить учеников к решению всё более сложных задач



На всех **трёх этапах (начального разучивания, углублённого разучивания и совершенствования)** компоненты содержания, методы и методические приёмы должны конкретизироваться в соответствии с возрастными особенностями занимающихся



РАЗДЕЛ 3. Методика обучения двигательным действиям детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Тема 3.1. Методика обучения двигательным действиям детей младшего школьного возраста.

Двигательный навык – это способность выполнить двигательное действие, позволяющая акцентировать внимание на условиях и результате действия, а не на отдельных движениях, входящих в него. Двигательный навык – это такая степень владения двигательным действием, при которой управление движениями происходит автоматизировано (т.е. при минимальном контроле со стороны сознания)



Двигательный опыт (фонд двигательных умений и навыков) – показатель уровня физического образования. Характеризуется объемом и степенью освоения форм и способов осуществления активной двигательной деятельности



Двигательное умение – это способность выполнить двигательное действие (решить двигательную задачу) при условии концентрированного внимания ученика на каждом движении, входящем в изучаемое двигательное действие. Двигательное умение – это такая степень владения двигательным действием, при котором управление движениями происходит при активной роли мышления



Тема 3.2. Методика обучения двигательным действиям детей среднего и старшего школьного возраста.

Методы обучения двигательным действиям

- Последовательное освоение частей упражнения;
- Обучение целостному упражнению;
- Создание облегченных условий выполнения упражнения;
- Использование подводящих и имитационных упражнений;
- Усложнение условий выполнения упражнения;
- Варьирование техники физических упражнений;
- Изменение внешних условий выполнения упражнений;
- Использование помощи, страховки, сопровождения для безопасности, преодоления неуверенности, страха;
- Создание положительного эмоционального фона.

1-й этап

ОЗНАКОМЛЕНИЕ, ПЕРВОНАЧАЛЬНОЕ РАЗУЧИВАНИЕ ДВИЖЕНИЯ

Краткая характеристика этапа: замедленное выполнение; нестабильный итог; невысокая устойчивость, непрочное, запоминание; осознанный контроль действий; излишнее мышечное напряжение, повышенная отрицательная роль сбивающих факторов.

2-ой этап

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО УМЕНИЯ. УГЛУБЛЕННОЕ ДЕТАЛИЗИРОВАННОЕ РАЗУЧИВАНИЕ

Краткая характеристика этапа: невысокая быстрота, нестабильный итог; невысокая устойчивость; непрочное запоминание; осознанный контроль действия; возможность увеличения количества повторений за счет нарастания автоматизации движения.

3-ий этап

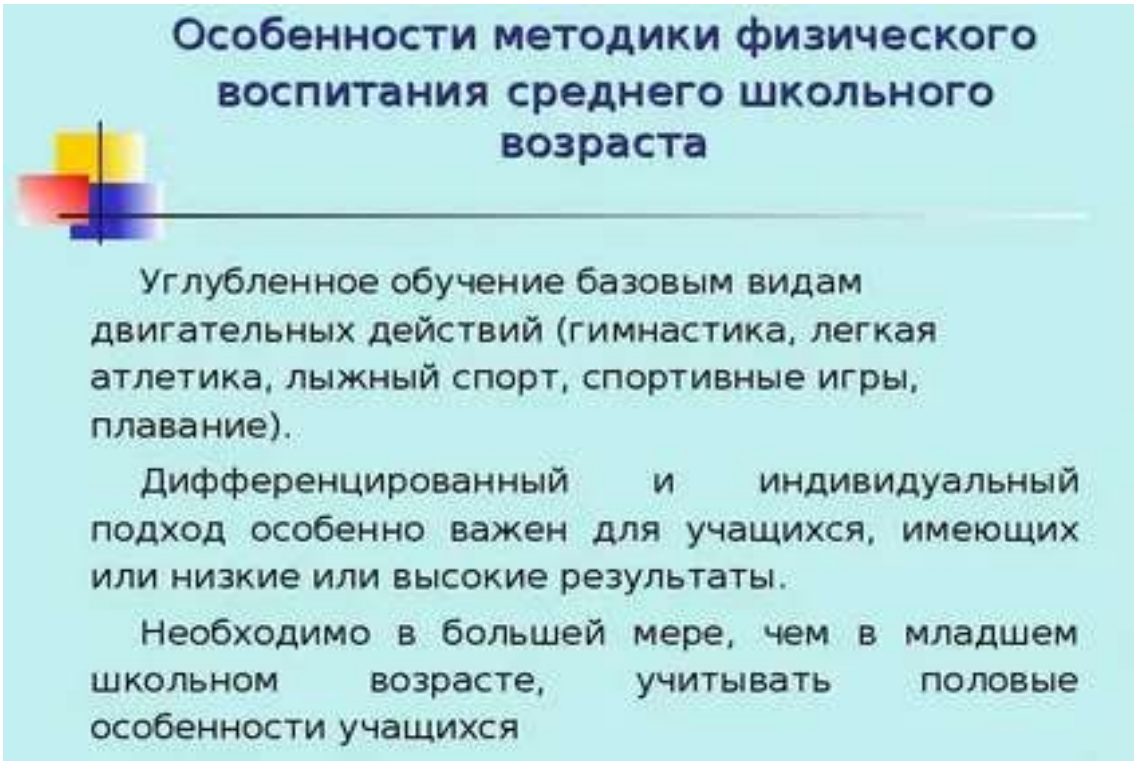
ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО НАВЫКА. ДОСТИЖЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО МАСТЕРСТВА

Краткая характеристика этапа: высокая быстрота, стабильный итог, высокая устойчивость, прочное запоминание, автоматизм двигательного действия

Обучение двигательным действиям в школьном возрасте направлено на:

формирование, углубление и расширение специальных знаний в виде представлений, обобщений и понятий, закономерностей, принципов и правил двигательной деятельности.

Предпосылкой успешности обучения двигательным действиям в школьном возрасте является своевременное определение объективных противоречий между задачами, требованиями к качеству действий и эффективности их применения, с одной стороны, и имеющимся фондом знаний, умений, навыков, уровнем физического развития, с другой.



- **Особенности методики физического воспитания.** В старшем школьном возрасте уроки физической культуры с юношами и девушками проводятся раздельно. Анатомо-физиологические и психические особенности юношей и девушек требуют различного подхода к организации занятий, подбору средств и методов обучения двигательным действиям и воспитанию физических качеств, к дозировке физической нагрузки.
- Функциональные возможности для осуществления интенсивной и длительной работы у юношей выше, чем у девушек. Физические нагрузки они переносят лучше при относительно меньшей частоте пульса и большем повышении кровяного давления. Период восстановления этих показателей до исходного уровня у юношей короче, чем у девушек.
- При организации занятий с юношами надо помнить, что они должны быть готовы к службе в армии. Поэтому с ними следует предусмотреть занятия на местности, в нестандартных условиях, с различными помехами, в условиях дефицита времени, при максимальных физических и волевых нагрузках.
- В старшем школьном возрасте в первую очередь следует уделить внимание развитию силовых и скоростно-силовых возможностей, различным видам выносливости (силовой, аэробной, статической и др.). Среди координационных способностей особое внимание необходимо обратить на воспитание быстроты перестроения и согласование двигательных действий, способности произвольно расслаблять мышцы и вестибулярной устойчивости.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ

Направление подготовки

«44.03.01 Педагогическое образование»

Направленность
«Физическая культура»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. Физиология высшей нервной деятельности	
Тема 1.1. Анатомо-физиологические особенности центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.	Предмет физиологии, ее связь с другими науками. Разделы физиологии. Методы физиологических исследований. Основные этапы и роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии. Двигательная деятельность как необходимое условие развития организма, здорового образа жизни, повышения работоспособности и активного долголетия. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов). Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения). Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций. Значение и общие функции центральной нервной системы. Периферическая нервная система. Функциональная организация центральной нервной системы и ее развитие в процессе эволюции и онтогенеза. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Виды рефлексов. Методы исследования функций центральной нервной системы. Нейрон как структурно-функциональная единица центральной нервной системы. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Разновидности нейронов - афферентные, промежуточные и эфферентные. Глиальные клетки и их функции. Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их

	возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Роль нервных импульсов в передаче информации. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие. Координация деятельности центральной нервной системы. Открытие торможения в центральной нервной системе И. М. Сеченовым. Координационная и охранительная роль процесса торможения. Формы проявления и виды торможения. Тормозные нейроны и медиаторы. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации. Значение синхронизации биоэлектрической активности для системной деятельности головного мозга. Функциональная организация спинного мозга. Роль спинальных центров в регуляции движений и висцеральных функций. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях. Средний мозг и его функции, его роль в реализации познотонических и ориентировочных рефлексов. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций. Функции подкорковых ядер (полосатое тело и бледное ядро). Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы. Структурно-функциональные единицы коры - вертикальные колонки нейронов. Динамическая локализация функций в коре. Биоэлектрическая активность головного мозга, электроэнцефалограмма. Три функциональных блока мозга:

	1) блок регуляции тонуса и бодрствования; 2) блок приема, переработки и хранения информации; 3) блок программирования, регулирования и контроля поведенческой деятельности человека. Вегетативная (автономная) нервная система, ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании постоянства внутренней среды организма (гомеостаза). Функциональная организация и функции симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы. Учение Л.А. Орбели об адаптационно-трофической функции вегетативной нервной системы. Вегетативные рефлексы, их роль в обеспечении мышечной работы. Регуляция вегетативных функций организма.
Тема 1.2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).	Общие закономерности деятельности сенсорных систем (анализаторов). Учение И. П. Павлова об анализаторах. Биологическое значение и основные функции сенсорных систем. Классификация и механизм возбуждения рецепторов. Основные способы передачи информации. Чувствительность рецепторов, абсолютные и дифференциальные пороги. Адаптация рецепторов. Корковый уровень сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Периферический и центральный отделы. Оптическая и воспринимающая система глаза. Рецепторы, механизм восприятия и передачи зрительной информации в кору головного мозга. Основные функциональные показатели зрительной сенсорной системы. Поле зрения, острота зрения и глубинное зрение. Цветовое зрение. Зрительная память, поисковая функция глаза. Темновая и световая адаптация. Роль зрительной сенсорной системы в управлении движениями.
Тема 1.3 Нервно-мышечная система. Произвольные движения.	Понятие о нервно-мышечном аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. Типы и функциональные свойства ДЕ. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Химизм и энергетика мышечного сокращения. Регуляция силы сокращения мышцы (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, связь сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени). Зависимость функциональных свойств мышцы от композиции (состава входящих в нее ДЕ). Способы оценки композиции мышц. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость. Включение различных типов ДЕ при разных режимах сокращения мышц. Биоэлектрические явления в мышце при её сокращении (интерференционная электромиограмма). Нейрофизиологические механизмы тонуса скелетных мышц. Возбудимость нервно-мышечного аппарата (хронаксия и реобаза).

	Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей. Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах. Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма. Произвольные и непроизвольные движения. Основные принципы организации произвольных движений. Рефлекторная природа двигательных актов. Многоуровневый характер регуляции движений. Функциональная система управления движениями. Автоматизация движений и её механизмы. Роль обратных связей в управлении движениями. Речевая регуляция движений. Поза тела и её значение в двигательной деятельности человека. Роль спинного мозга, различных отделов ствола мозга и подкорковых ядер в регуляции тонуса скелетных мышц и позы тела. Гамма-регуляция мышечного тонуса. Установочные рефлексы. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений. Спинальные двигательные системы (реципрокная иннервация мышц-антагонистов, сгибательный, перекрестный и шагательный рефлексы). Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных рефлексов и активности мотонейронов спинного мозга. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями. Использование сенсорных коррекций и срочной информации при обучении движениям.
Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения	
Тема 2.1. **Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови.**	Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Скорость оседания эритроцитов. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость. Группы крови. Резус-фактор. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови. Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных состояниях. Лимфа как

	внутренняя среда организма: количество, состав, основные свойства и функции, лимфообразование. Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Основные функции системы кровообращения. Физиологическое значение кругов кровообращения.
Тема 2.2. Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы	Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость). Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего». Метаболизм и кровоснабжения сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Показатели деятельности сердца. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий, объема активной мышечной массы. Систолический (ударный) объем крови (УОК), минутный объем крови (МОК) объем циркулирующей и депонированной крови. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе. Влияние на ЧСС, УОК и МОК положения тела в пространстве. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе. Функциональная организация сосудистой системы. Функции артериальных и венозных сосудов. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку. Объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по артериям и венам, факторы его определяющие. Микроциркуляция. Капилляры и их типы. Обмен газов, жидкости и веществ через стенку капилляров. Тонус сосудов и механизмы его регуляции. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Физиологические механизмы кровоснабжения скелетных мышц и других органов и тканей. Основные показатели гемодинамики при мышечной работе. Рабочая гиперемия и ее механизмы. Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Перераспределение кровотока при мышечной работе. Особенности регуляции кровообращения при мышечной работе. Механизмы регуляции лимфообращения в покое и мышечной деятельности.
Тема 2.3. Дыхание и его функции. Газообмен в легких	Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения (гиперппое, тахипное, полипное, диспное). Легочные объемы и емкости. Должные и

	фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания. Газообмен в легких. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа. Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора). Артериально-венозная разность по кислороду, коэффициент использования кислорода. Транспорт CO2 кровью. Роль карбоангидразы; факторы, влияющие на выделение CO2. Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Мислявский). Регуляция деятельности дыхательного центра. Функции Периферических (артериальных) и центральных (медуллярных) хеморецепторов. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и периферических рецепторов. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе.
Тема 2.4. Общая характеристика основных пищеварительных процессов	Общая характеристика основных пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты. Полостное и пристеночное пищеварение. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.
Тема 2.5. Общая характеристика выделительных процессов.	Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация,

	канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.
Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции.	
Тема 3.1 Взаимосвязь обмена веществ и энергии	Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена. Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена. Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе. Соотношение углеводного и жирового обменов во время мышечной работы. Обмен воды и минеральных веществ. Значение и распределение воды в организме. Обмен воды при мышечной работе. Влияние дегидратации на работоспособность. Минеральный обмен. Особенности минерального обмена при мышечной работе. Обмен энергии. Энергетический баланс организма. Основной обмен. Добавочный расход энергии. Суточные энергозатраты при различных видах деятельности. Источники энергии и способы её освобождения в организме. Прямая и непрямая калориметрия. Калорический эквивалент кислорода. Энергетический обмен при мышечной работе. Кислородный запрос, потребление кислорода и кислородный долг. Энергетическая стоимость разных видов мышечной деятельности. Коэффициент полезного действия.
Тема 3.2. Регуляция температуры тела человека	Понятие о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция). Первичное и вторичное тепло. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция). Теплоизлучение, теплопроведение, конвекция и испарение. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче. Дегидратация организма. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки». Способы измерения температуры тела. Регуляция температуры тела человека. Восприятие и анализ температуры тела и внешней среды. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции. Рабочая гипертермия, ее механизмы и закономерности. Теплообмен при различных видах мышечной деятельности и влияние на него условий внешней среды (температура, влажность). Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.

Тема 3.3. Функции желез внутренней секреции	Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов. Основные методы исследования: удаление эндокринных желез в эксперименте, блокада и стимуляция их функций, введение гормонов. Эндокринная система организма и регуляция её деятельности (гипофизарный и парагипофизарный пути регуляции). Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции. Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии. Стресс и адаптация. Роль желез внутренней секреции в формировании системно-структурного следа при переходе срочных адаптивных реакций в долговременные. Эндокринные функции половых желез и их роль в развитии физических качеств. Вредность использования анаболических стероидов. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.
Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений	
Тема 4.1 Аналитические и синтетические классификации	Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц. Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления). Общая характеристика ациклических движений. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.

Тема 4.2 Характеристика движений, оцениваемых в баллах	Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность). Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность). Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими.
Тема 4.3 Рабочее состояние. Утомление. Восстановление.	Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение врабатывания физиологических функций. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием. Врабатывание. Физиологические закономерности и механизмы врабатывания. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки». Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях. Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Компенсированное и некомпенсированное утомление. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности. Восстановление. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления. Активный отдых.

Раздел 5. Формирование двигательных навыков	
Тема 5.1 Формирование двигательных навыков	Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка). Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции). Индивидуализация обучения. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.
Раздел 6.Физиологические основы спортивной тренировки.	
Тема 6.1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.	Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты. Физиологическая характеристика состояния тренированности. Функциональные изменения Деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок. Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности воздуха. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы. Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.
Тема 6.2 Спортивная работоспособность	Спортивная работоспособность в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения

	функций организма в этих условиях. Физическая работоспособность в холодных условиях. Акклиматизация к изменениям температуры. Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления. Характеристика факторов, действующих на организм человека в условиях среднегорья и высокогорья, изменения функций организма в этих условиях. Различные типы гипоксии и их физиологическая характеристика. Горная (высотная) болезнь. Адаптация человека к пониженному барометрическому давлению. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в среднегорье. Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий. Влияние водной среды на спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды). Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.
Раздел 7. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола	
Тема 7.1 Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.	Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта. Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств. Особенности развития состояний организма (врабатывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок. Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин. Изменения функциональных возможностей женского организма под

	влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг

друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим (семинарским) занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. Физиология высшей нервной деятельности

Тема 1.1. Анатомо-физиологические особенности центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.

Вопросы для самоподготовки:

Составление схем рефлекторных дуг. Составление словаря терминов. Зарисовка сегмента спинного мозга. Написание рефератов по темам: «Особенности строения нервных клеток», «Механизм проведения нервных импульсов», «Общие принципы оказания неотложной помощи при травмах спинного мозга при чрезвычайных ситуациях». Создание презентаций на тему «Физиология нервной системы»

Тема 1.2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).

Вопросы для самоподготовки:

Составление схем рефлекторных дуг. Составление словаря терминов. Зарисовка сегмента спинного мозга. Написание рефератов по темам: «Особенности строения нервных клеток», «Механизм проведения нервных импульсов», «Общие принципы оказания неотложной помощи при травмах спинного мозга при чрезвычайных ситуациях». Создание презентаций на тему «Физиология нервной системы»

Тема 1.3. Нервно-мышечная система. Произвольные движения.

Вопросы для самоподготовки:

1. Какие функции выполняют скелетные мышцы? 2. Какие физиологические свойства характерны для скелетных мышц? 3. Как соотносятся ПД, сокращение и возбудимость мышечного волокна? 4. Какие режимы и виды сокращений характерны для скелетных мышц? 5. В чем состоит различие зубчатого и гладкого тетанусов? 6. Какие особенности имеет одиночное мышечное сокращение? 7. Перечислите структурные особенности поперечно-полосатого мышечного волокна. 8. Как устроена миофибрилла? 9. Какова природа полос на волокнах скелетной мускулатуры?10. Как устроен актиновый филамент?11. Какую функцию выполняет тропомиозин?12. Как устроен миозиновый филамент?13. Какие структурные элементы выделяются на молекуле миозина?14. Какую функцию в саркомере выполняет титин?15. С какой скоростью ПД передается по сарколемме? " 15. С какой скоростью ПД передается по сарколемме? 16. Какую функцию выполняют Т -трубочки? 17. Как устроены триады? 18. Как функционируют рианодиновые рецепторы? 19. Что такое электромеханическое сопряжение? 20. Опишите рабочий цикл головки миозина в процессе сокращения. 21. Какую роль выполняет АТФ в процессе скольжения миофиламентов? 22. Что происходит в мышечном волокне при расслаблении? 23. Благодаря каким силам миофиламенты при расслаблении мышцы возвращаются в исходное положение?Как можно определить мышечную силу? Чем различаются геометрическое и физиологическое поперечное сечение мышцы? Что такое абсолютная мышечная сила? Как сила мышцы зависит от исходного растяжения? Почему? Как НС влияет на силу мышц? Что такое утомление? Дайте определение. Какие виды утомления принято" 1Понятие о нервно-мышечном аппарате.Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. Типы и функциональные свойства ДЕ. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Химизм и энергетика мышечного сокращения. Регуляция силы сокращения мышцы (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, связь сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени). Зависимость функциональных свойств мышцы от композиции (состава входящих в нее ДЕ). Нейрофизиологические механизмы тонуса скелетных мышц. Возбудимость нервно-мышечного аппарата (хронаксия и реобаза). Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и

ауксотонический режимы сокращения. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей. Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах.Произвольные и непроизвольные движения. Основные принципы организации произвольных движений. Многоуровневый характер регуляции движений. Автоматизация движений и её механизмы. Роль обратных связей в управлении движениями. Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных рефлексов и активности мотонейронов спинного мозга. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями.

Аналитические задачи

1. Изобразите на рисунке механограмму тетанического сокращения одиночного волокна скелетной мышцы и происходящую при этом поляризацию его сарколеммы.

2. Нервно-мышечный препарат лягушки стимулируют в режиме одиночных сокращений, в режиме зубчатого тетануса и гладкого тетануса (оптимум и пессимум). Сравните амплитуды наблюдаемых мышечных ответов.

3. Длительность фазы укорочения при одиночном сокращении скелетной мышцы составляет 50 мс. При какой частоте раздражения этой мышцы будет наблюдаться гладкий тетанус? Какой вид сокращения будет наблюдаться у этой мышцы при частоте раздражения 15 Гц?

4. Абсолютная сила скелетной мышцы составляет 10 кг, а площадь физиологического поперечного сечения — 7 см 2. Какой груз может поднять эта мышца?

5. Зарисуйте прохождение линий для определения геометрического и физиологического поперечного сечения в лентовидной, веретенообразной и одноперистой мышцах.

6. Ионы Са 2+ играют ведущую роль в сокращении гладкомышечных клеток. Изобразите схему путей повышения и снижения внутриклеточной концентрации кальция.

7.Гладкая мышца моноунитарного типа сокращалась в ответ на стимуляцию идущих к ней парасимпатических нервов. Блокаторы потенциалзависимых Na +каналов угнетали сокращение, а блокаторы М -холинорецепторов на него не влияли. Объясните механизм сокращения такой гладкой мышцы при раздражении парасимпатических нервов.

8. Полоска гладкой мышцы моноунитарного типа сокращалась в ответ на прямую электрическую стимуляцию в среде с пониженным содержанием ионов Са 2+. Чем сократительный ответ будет отличаться от такового в среде с нормальным содержанием кальция?

9. Для расслабления гладкой мускулатуры используются соли магния. Объясните механизм влияния ионов магния на гладкую мускулатуру.

10.И гладкая, и сердечная мускулатура обладают свойством автоматии. Сравните механизмы формирования автоматического ритма сокращений в двух этих типах"

РАЗДЕЛ 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения

Тема 2.1. Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие о системе крови.
2. Состав и объем крови.
3. Функции крови: транспортная, дыхательная, питательная, терморегуляторная, поддержание водно-солевого баланса и кислотно-основного состояния (КОС), выделительная, защитная и регуляторная.
4. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции.
5. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов.
6. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз.

7. Скорость оседания эритроцитов.
8. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость.
9. Свертывание крови.

Тема 2.2. Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

Вопросы для самоподготовки:

Составление словаря терминов. Составление схем кровоснабжения головного мозга, конечностей. Заполнение «Немых» рисунков сосудов большого круга кровообращения Обоснование проекции точек прижатия основных артериальных стволов тела человека для временной остановки кровотечения и определения пульса.

Создание презентаций на тему «Физиология кровообращения».Составление схем систем верхней и нижней полых вен, воротной вены печени. Составление сравнительной характеристики венозной и лимфатической систем. Зарисовка схемы расположения регионарных лимфоузлов. Составление словаря терминов. Написание рефератов по темам: «Современное представление о строении и функциональном значении иммунной системы», «Прикладная иммунология». Создание презентации на тему «Физиология иммунной системы".Создание презентаций на тему «Физиология лимфатической и иммунной систем»

Заполнение словаря терминов. Зарисовка схемы кругов кровообращения. Зарисовка с использованием препаратов, муляжей, планшетов строения сердца.Подготовка доклада по теме "Проводящая система сердца". Создание презентаций на тему «Физиология сердца»

Тема 2.3 Дыхание и его функции. Газообмен в легких

Вопросы для самоподготовки:

Составление словаря терминов. Зарисовка схемы дыхательной системы. Зарисовка микроскопического строения легких. Подготовка докладов: «Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы в разные возрастные периоды», «Дыхание в различных условиях», «Механизм первого вдоха новорожденного». Обоснование лабораторных показателей состояния органов дыхания здорового человека

Тема 2.4. Общая характеристика основных пищеварительных процессов

Вопросы для самоподготовки:

Зарисовка схемы пищеварительной системы. Составление словаря терминов. Написание рефератов по темам: «Морфофункциональная характеристика органов пищеварительного тракта». Написание доклада «Значение нормальной микрофлоры кишечника», «Методы обследования пищеварительного тракта», «Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы у детей». Подготовка плана-анализа строения органов пищеварительного тракта.

Составление словаря терминов. Составление схем регуляции выделения пищеварительных соков, сравнительной таблицы пищеварения в различных отделах пищеварительного канала. Работа с дополнительной литературой. Написание рефератов по темам: «Значение трудов И.П. Павлова в создании современного учения о пищеварении», «Методы исследования деятельности пищеварительных желёз у человека и животных», «Значение знаний по анатомии и физиологии человека для медицинского лабораторного техника». Создание презентаций на тему «Физиология пищеварения»

Тема 2.5 Общая характеристика выделительных процессов

Вопросы для самоподготовки:

Изображение схемы нефрона. Зарисовка строения почек, мочеточников, мочевого пузыря, мочеиспускательного канала. Составление словаря терминов. Подготовка докладов «Искусственная почка», «Мочекаменная болезнь». Написание рефератов по темам: «Адаптационные изменения почки и мочевых путей», «Роль органов выделения в поддержании гомеостаза». Работа с бланками анализа мочи, оценка показателей. Подсчет суточного диуреза и водного баланса. Написание рефератов по теме: «Лабораторные показатели функционирования органов мочевой системы».

РАЗДЕЛ 3. Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Железы внутренней секреции.

Тема 3.1 Взаимосвязь обмена веществ и энергии.

Вопросы для самоподготовки:

Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена.
Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена. Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме.
Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе.

Тема 3.2. Регуляция температуры тела человека

Вопросы для самоподготовки:
Температурный гомеостаз и тепловой баланс организма. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция). Теплоизлучение, теплопроведение, конвекция и испарение. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче. Дегидратация организма. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки». Регуляция температуры тела человека
Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции.

Тема 3.3. Функции желез внутренней секреции
Вопросы для самоподготовки:
Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов. Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции. Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы
Составление словаря терминов. Составление сравнительной таблицы желез внутренней секреции
Написание рефератов по темам: «Механизм регуляции деятельности желёз внутренней секреции», «Механизм работы гипоталамо-гипофизарно-адреналовой системы», Создание презентаций на тему «Эндокринная система».

РАЗДЕЛ 4. Классификация и характеристика физических упражнений

Тема 4.1. Аналитические и синтетические классификации

Вопросы для самоподготовки:

Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления). Общая характеристика ациклических движений.

Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения. Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).

Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).

Конспектирование следующих тем:

1. Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций.
2. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими.
3. Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение врабатывания физиологических функций.
4. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием.
5. Врабатывание. Физиологические закономерности и механизмы врабатывания.
6. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки».
7. Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности.
8. Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления.
9. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность.
10. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе.
11. Компенсированное и некомпенсированное утомление.
12. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений.
13. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.
14. Восстановление. Восстановительные процессы после работы.
15. Восстановление энергетических запасов в организме.
16. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер.
17. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований.

18. Влияние тренировки на восстановительные процессы.
19. Средства повышения эффективности процессов восстановления.

Тема 4.2 Характеристика движений, оцениваемых в баллах

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.
2. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности.
3. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе.
4. Кислородный долг и его компоненты.
5. Активный отдых.
6. Критерии и тесты оценки утомления.
7. Теории утомления.
8. Предрабочее и текущее восстановление.

Тема 4.3 Рабочее состояние. Утомление. Восстановление.

Доклады по изучаемым вопросам

1. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
2. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
3. Физиологические сдвиги при работе циклического характера при различных зонах мощности.
4. Причины утомления при работе циклического характера при различных зонах мощности.
5. Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).
6. Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).

РАЗДЕЛ 5. Формирование двигательных навыков

Тема 5.1 Формирование двигательных навыков

Вопросы для самоподготовки:

1. Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования.
2. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков.
3. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.
4. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка).
5. Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка.
6. Индивидуализация обучения.
7. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.

8. Физические качества человека и биологические факторы, обусловливающие развитие физических качеств (генетическая предопределенность, взаимозависимость развития и проявления, положительный и отрицательный перенос, возрастные периоды развития)
9. Единство формирования двигательных навыков и развития физических качеств.
10. Сила. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила (МПС) и физиологические факторы, ее определяющие. Понятие о силовом дефиците.
11. Связь МПС со статической и динамической выносливостью. Физиологические основы тренировки мышечной силы. Виды гипертрофии скелетных мышц.
12. Физиологические механизмы развития быстроты движений.
13. Скоростно-силовые упражнения. Максимальная мощность как результат оптимального соотношения силового и скоростного компонентов двигательного акта.
14. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростно-силовые характеристики движений.
15. Определение выносливости и её виды. Специфичность выносливости.
16. Виды выносливости: статическая, силовая, скоростная, выносливость к длительной динамической работе. Анаэробная и аэробная производительность. Выносливость при локальной, региональной и глобальной работе. Общая и специальная выносливость. Показатели и критерии выносливости.
17. Роль генетических и средовых факторов в развитии различных видов выносливости. Максимальная анаэробная мощность и максимальная анаэробная емкость как основа анаэробной выносливости. Взаимосвязь выносливости, работоспособности и утомления.
18. Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей организма человека. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций. МПК как критерий уровня физического здоровья населения.
19. Физиологические механизмы развития кислородтранспортной системы. Изменения в системе внешнего дыхания, в системе крови, в центральном и периферическом звеньях системы кровообращения, в системе микроциркуляции мышц.
20. Понятие о пороге анаэробного обмена (ПАНО) и использование его в тренировочном процессе. Понятие об анаэробной емкости и эффективности. Процессы ресинтеза АТФ при мышечной работе (ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, ресинтез АТФ в процессе гликолиза, ресинтез АТФ в аэробных процессах).
21. Потребление кислорода, кислородный дефицит, кислородный запрос и кислородный долг при мышечной работе.
22. Методы прямого и косвенного определения МПК, кислородного долга, ПАНО. Соотношение процессов аэробного и анаэробного ресинтеза АТФ в упражнениях разной мощности и длительности.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция.
2. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции).
3. Дайте определение компонентам двигательного навыка.
4. В чем заключается стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.

РАЗДЕЛ 6. Физиологические основы спортивной тренировки.

Тема 6.1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.

Вопросы для самоподготовки:

1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.
2. Физиологическая характеристика состояния тренированности.
3. Функциональные изменения деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках.
4. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов.
5. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине.Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии.

РАЗДЕЛ 7. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола

Тема 7.1. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола

Вопросы для самоподготовки:

1. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.
2. Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях.
3. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств.
4. Особенности развития состояний организма (врабатывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов.
6. Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме.
7. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин.
8. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
9. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений.
10. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок.
11. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла.
12. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной.
13. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.

Формы контроля самостоятельной работы студентов:

Доклады по изучаемым вопросам:

1. Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток.
2. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика.
3. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы.
4. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий.
5. Влияние водной среды на спортивную работоспособность.
6. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды).

7. Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде.
8. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов
9. Физиологическая характеристика образа жизни современного человека (гипокинезия, интенсификация производства, ускорение темпов жизни, психоэмоциональные перегрузки, нерациональное питание и др.).
10. Физиологические основы здорового образа жизни. Обоснование критериев и уровня здоровья. Критерии физического здоровья (величина МПК; PWC_{170}).
11. Влияние занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность. Факторы, определяющие и нарушающие деятельность нервно-мышечной системы.
12. Влияние физической активности на резервы физиологических функций. Общие физиологические закономерности использования физических нагрузок для улучшения состояния здоровья.

1.3. Учебно-наглядные пособия по разделам (темам) дисциплины (модуля)[1]

РАЗДЕЛ 1. Физиология высшей нервной деятельности

Тема 1.1. Анатомо-физиологические особенности центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.

Схемы и таблицы по работе ЦНС

Тема 1.2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).

Схемы и наглядные пособия по физиологии и анатомии сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД)..

Тема 1.3. Нервно-мышечная система. Произвольные движения.

Схемы и наглядные пособия по физиологии и анатомии Нервно-мышечной системы.

РАЗДЕЛ 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения

Тема 2.1. Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови.

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии сердечно-сосудистой системы. Таблицы и плакаты Кровь и её функции. Функции кровообращения.

Тема 2.2. Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии сердечно-сосудистой системы.

Тема 2.3. Дыхание и его функции. Газообмен в легких

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии дыхательной системы.

Тема 2.4. Общая характеристика основных пищеварительных процессов

[1] Раздел может быть оформлен в виде приложения к методическим материалам по дисциплине (модулю).

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии дыхательной системы.

Тема 2.5. Общая характеристика выделительных процессов.

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии выделительной системы.

Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции.

Тема 3.1 Взаимосвязь обмена веществ и энергии
Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии Обмена веществ, эндокринной системы и терморегуляции.

Тема 3.2 Регуляция температуры тела человека
Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии терморегуляции.

Тема 3.3 Функции желез внутренней секреции
Схемы, таблицы, диаграммы эндокринной системы.

РАЗДЕЛ 4. Классификация и характеристика физических упражнений

Тема 4.1. Аналитические и синтетические классификации

Схемы, таблицы, диаграммы по классификации и характеристике физических упражнений

Тема 4.2 Характеристика движений, оцениваемых в баллах

Схемы, таблицы, диаграммы Характеристики движений

Тема 4.3. Рабочее состояние. Утомление. Восстановление.

Схемы, таблицы, диаграммы по физиологии спорта.

Раздел 5. Физиологические основы спортивной тренировки.

Тема 5.1 Формирование двигательных навыков
Схемы, таблицы, диаграммы по двигательным навыкам и физиологическим механизмам их формирования

РАЗДЕЛ 6. Физиологические основы спортивной тренировки.

Тема 6.1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии спорта.

Тема 6.2 Спортивная работоспособность

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии спорта.

РАЗДЕЛ 7. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола
Тема 7.1 Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.

Схемы, таблицы, диаграммы по анатомии и физиологии спорта.

1.4. Методические материалы по подготовке к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Лабораторные занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Лабораторное занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких работ.

Цель лабораторных занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на лабораторных занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач лабораторные занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Возрастная физиология (модуля)»* предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

− знакомит с новым учебным материалом;
− разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
− систематизирует учебный материал;
− ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

− внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
− ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно

определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом с оценкой. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для дифференцированного зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания

0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лекционных занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности /Тема лекционного занятия. 1.1. Анатомо-физиологические особенности центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.

3. Цели занятия. Ознакомить с теоретическими основами анатомо-физиологических особенностей центральной нервной системы, частной физиологии центральной нервной системы.

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Предмет физиологии, ее связь с другими науками. Разделы физиологии. Методы физиологических исследований. Основные этапы и роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии. Двигательная деятельность как необходимое условие развития организма, здорового образа жизни, повышения работоспособности и активного долголетия. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов). Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения). Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций	Опрос, оценка знаний студентов
2	Значение и общие функции центральной нервной системы. Периферическая нервная система. Функциональная организация центральной нервной системы и ее развитие в процессе эволюции и онтогенеза. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Виды рефлексов. Методы исследования функций центральной нервной системы. Нейрон как структурно-функциональная единица центральной нервной системы. Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Разновидности нейронов - афферентные, промежуточные и эфферентные. Глиальные клетки и их функции. Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения	Опрос, оценка знаний студентов
3	Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Роль нервных	Опрос, оценка знаний студентов

	импульсов в передаче информации. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие. Координация деятельности центральной нервной системы. Открытие торможения в центральной нервной системе И. М. Сеченовым. Координационная и охранительная роль процесса торможения. Формы проявления и виды торможения. Тормозные нейроны и медиаторы. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации. Значение синхронизации биоэлектрической активности для системной деятельности головного мозга.	
4	Функциональная организация спинного мозга. Роль спинальных центров в регуляции движений и висцеральных функций. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях. Средний мозг и его функции, его роль в реализации познотонических и ориентировочных рефлексов. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций. Функции подкорковых ядер (полосатое тело и бледное ядро). Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы. Структурно-функциональные единицы коры - вертикальные колонки нейронов. Динамическая локализация функций в коре. Биоэлектрическая активность головного мозга, электроэнцефалограмма. Три функциональных блока мозга: 1) блок регуляции тонуса и бодрствования; 2) блок приема, переработки и хранения информации; 3) блок программирования, регулирования и контроля поведенческой деятельности человека. Вегетативная (автономная) нервная система, ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании	Опрос, оценка знаний студентов

	постоянства внутренней среды организма (гомеостаза). Функциональная организация и функции симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы. Учение Л.А. Орбели об адаптационно-трофической функции вегетативной нервной системы. Вегетативные рефлексы, их роль в обеспечении мышечной работы. Регуляция вегетативных функций организма	

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности /Тема лекционного занятия. Тема 1.2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).

3. Цели занятия. Ознакомить с анатомо-физиологическими особенностями физиологии сенсорных систем, головного мозга, высшей нервной деятельности (ВНД).

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Общие закономерности деятельности сенсорных систем (анализаторов). Учение И. П. Павлова об анализаторах. Биологическое значение и основные функции сенсорных систем. Классификация и механизм возбуждения рецепторов. Основные способы передачи информации. Чувствительность рецепторов, абсолютные и дифференциальные пороги. Адаптация рецепторов. Корковый уровень сенсорных систем.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Зрительная сенсорная система. Периферический и центральный отделы. Оптическая и воспринимающая система глаза. Рецепторы, механизм восприятия и передачи зрительной информации в кору головного мозга. Основные функциональные показатели зрительной сенсорной системы. Поле зрения, острота зрения и глубинное зрение. Цветовое зрение. Зрительная память, поисковая функция глаза. Темновая и световая адаптация. Роль зрительной сенсорной системы в управлении движениями.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 1. Физиология высшей нервной деятельности Тема лекционного занятия. Тема 1.3. Нервно-мышечная система. Произвольные движения.

3. Цели занятия. Сформировать представление о нервно-мышечной системе.

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Понятие о нервно-мышечном аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. Типы и функциональные свойства ДЕ. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Химизм и энергетика мышечного сокращения. Регуляция силы сокращения мышцы (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, связь сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени). Зависимость функциональных свойств мышцы от композиции (состава входящих в нее ДЕ). Способы оценки композиции мышц. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость. Включение различных типов ДЕ при разных режимах сокращения мышц. Биоэлектрические явления в мышце при её сокращении (интерференционная электромиограмма). Нейрофизиологические механизмы тонуса скелетных мышц. Возбудимость нервно-мышечного аппарата (хронаксия и реобаза).	Опрос, оценка знаний студентов
2	Одиночный и тетанический режимы мышечного сокращения. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей. Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах. Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма. Произвольные и непроизвольные движения. Основные принципы организации произвольных движений. Рефлекторная природа двигательных актов. Многоуровневый характер регуляции движений. Функциональная система управления движениями. Автоматизация движений и её механизмы. Роль обратных связей в управлении движениями. Речевая регуляция движений. Поза тела и её значение в двигательной деятельности человека. Роль спинного мозга, различных отделов ствола мозга и подкорковых ядер в регуляции тонуса скелетных мышц и позы тела. Гамма-регуляция мышечного тонуса. Установочные рефлексы. Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений. Спинальные двигательные системы (реципрокная иннервация мышц-антагонистов, сгибательный, перекрестный и шагательный рефлексы). Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных	Опрос, оценка знаний студентов

	рефлексов и активности мотонейронов спинного мозга. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями. Использование сенсорных коррекций и срочной информации при обучении движениям	

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры) В соответствии с теоретическим материалами составить схемы-конспекты по теме «Нервно-мышечная система. Произвольные движения», выполнить моделирование из пластилина и зарисовку мотонейрона, режимов мышечного сокращения, схему обратных связей в управлении движениями. Конспект-схема «Возрастные особенности двигательного анализатора Системы произвольных и непроизвольных движений. Особенности движений в младенческом возрасте, раннем детстве, дошкольном возрасте, младшем школьном возрасте, подростковом возрасте. Возрастные особенности регуляции произвольных движений».

1.Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения
3. Тема лекционного занятия - Тема 2.1. Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови.
4. Цель занятия. Сформировать представление о системе крови, кроветворении, составе и объеме крови, функции крови.
5. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Скорость оседания эритроцитов. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость. Группы крови. Резус-фактор. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови. Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных состояниях. Лимфа как внутренняя среда организма: количество, состав, основные свойства и функции, лимфообразование	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Основные функции системы кровообращения. Физиологическое значение кругов кровообращения	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации,

		эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

6. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры

1.Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения/Тема лекционного занятия. Тема 2.2. Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

3. Цели занятия. Изучить основы анатомо-физиологические основы сердца, функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость). Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего». Метаболизм и кровоснабжения сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Показатели деятельности сердца. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий, объема активной мышечной массы. Систолический (ударный) объем крови (УОК), минутный объем крови (МОК) объем циркулирующей и депонированной крови. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе. Влияние на ЧСС, УОК и МОК положения тела в пространстве. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Функциональная организация сосудистой системы. Функции артериальных и венозных сосудов. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку. Объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по артериям и венам, факторы его определяющие. Микроциркуляция. Капилляры и их типы. Обмен газов, жидкости и веществ через стенку капилляров. Тонус сосудов и механизмы его регуляции. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Физиологические механизмы кровоснабжения скелетных мышц и других органов и тканей. Основные показатели гемодинамики при мышечной работе.	Опрос, оценка знаний студентов

	Рабочая гиперемия и ее механизмы. Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Перераспределение кровотока при мышечной работе.	
3	Особенности регуляции кровообращения при мышечной работе. Механизмы регуляции лимфообращения в покое и мышечной деятельности.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1.Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения\ Тема лекционного занятия 2.3.Дыхание и его функции. Газообмен в легких

3. Цель занятия. Сформировать представление об анатомо-физиологических особенностях дыхательной системы.

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения (гиперппое, тахипное, полипное, диспное). Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания. Газообмен в легких. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора). Артериально-венозная разность по кислороду, коэффициент использования кислорода. Транспорт CO2 кровью. Роль карбоангидразы; факторы, влияющие на выделение CO2. Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

	центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Мислявский). Регуляция деятельности дыхательного центра. Функции Периферических (артериальных) и центральных (медуллярных) хеморецепторов. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и периферических рецепторов. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе.	

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1.Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2.Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения \Тема лекционного занятия 2.4.. Общая характеристика основных пищеварительных процессов
3. Цель занятия. Сформировать представление об анатомо-физиологических особенностях пищеварительной системы
4 Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Общая характеристика основных пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты. Полостное и пристеночное пищеварение.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1.Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2.Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения\ Тема лекционного занятия - Тема 2.5 Общая характеристика выделительных процессов.
3. Цель занятия. Сформировать представление об анатомо-физиологических особенностях выделительной системы
4 Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. .	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

6. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина Возрастная физиология
2. Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции./Тема лекционного занятия. Тема 3.1. Взаимосвязь обмена веществ и энергии
3. Цели занятия. Сформировать представление о взаимосвязи обмена веществ и энергии
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена. Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена. Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при	Опрос, оценка знаний студентов

	мышечной работе. Соотношение углеводного и жирового обменов во время мышечной работы. Обмен воды и минеральных веществ. Значение и распределение воды в организме. Обмен воды при мышечной работе. Влияние дегидратации на работоспособность. Минеральный обмен. Особенности минерального обмена при мышечной работе.	
2	Обмен энергии. Энергетический баланс организма. Основной обмен. Добавочный расход энергии. Суточные энергозатраты при различных видах деятельности. Источники энергии и способы её освобождения в организме. Прямая и непрямая калориметрия. Калорический эквивалент кислорода. Энергетический обмен при мышечной работе. Кислородный запрос, потребление кислорода и кислородный долг. Энергетическая стоимость разных видов мышечной деятельности. Коэффициент полезного действия	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

В соответствии с теоретическим материалами составить схемы «Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции», выполнить моделирование надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды», с помощью пластилина и зарисовки изобразить щитовидную железу, поджелудочную железу. Зарисовать строение половых желез.

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 3. Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции./Тема лекционного занятия. Тема 3.2. Регуляция температуры тела человека

3. Цели занятия. Сформировать представление о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма, механизмах теплопродукции

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Понятие о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция). Первичное и вторичное тепло. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция). Теплоизлучение, теплопроведение, конвекция и испарение. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче. Дегидратация организма. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки». Способы измерения температуры тела.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Регуляция температуры тела человека. Восприятие и анализ температуры тела и внешней среды. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции. Рабочая гипертермия, ее механизмы и закономерности. Теплообмен при различных видах мышечной деятельности и влияние на	Опрос, оценка знаний студентов

	него условий внешней среды (температура, влажность). Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.	

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 3. Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции./Тема лекционного занятия. Тема 3.3. Функции желез внутренней секреции

3. Цели занятия. Сформировать представление об эндокринной системе, особенностях гормональной системы

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов. Основные методы исследования: удаление эндокринных желез в эксперименте, блокада и стимуляция их функций, введение гормонов. Эндокринная система организма и регуляция её деятельности (гипофизарный и парагипофизарный пути регуляции).	Опрос, оценка знаний студентов
2	Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции. Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии. Стресс и адаптация. Роль желез внутренней секреции в формировании системно-структурного следа при переходе срочных адаптивных реакций в долговременные.	Опрос, оценка знаний студентов
3	Эндокринные функции половых желез и их роль в развитии физических качеств. Вредность использования анаболических стероидов. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией. Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений\ Тема лекционного занятия-4.1. Аналитические и синтетические классификации
3. Цель занятия. Сформировать представление об аналитических и синтетических классификациях спортивных движений и упражнений
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Локомоторные движения при взаимодействии с опорой (Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления).	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
3	Общая характеристика ациклических движений. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений\ Тема лекционного занятия-Тема 4.2 Характеристика движений, оцениваемых в баллах
3. Цель занятия. Сформировать представление о характеристиках движений, оцениваемых в баллах классификациях спортивных движений и упражнений
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения

1	Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность). Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими..	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений\ Тема лекционного занятия-Тема 4.3 Рабочее состояние. Утомление. Восстановление.
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических закономерностях и механизмах процессов врабатывания, утомления и восстановления спортсменов.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение врабатывания физиологических функций. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием. Врабатывание.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Физиологические закономерности и механизмы врабатывания. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности развития. Пути преодоления «мертвой точки».	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

		Опрос, оценка знаний студентов
3	Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях. Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Компенсированное и некомпенсированное утомление. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности. Восстановление. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления. Активный отдых.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 5. Формирование двигательных навыков\. Тема лекционного занятия-5.1 Формирование двигательных навыков
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических основах формирования двигательных навыков.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

	навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка). Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции). Индивидуализация обучения. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5.Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 6.Физиологические основы спортивной тренировки\Тема лекционного занятия- Тема 6.1 Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических характеристиках состояния тренированности, функциональных изменениях, деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты. Физиологическая характеристика состояния тренированности. Функциональные изменения Деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках. Физиологическое обоснование принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок. Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

	воздуха. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы.	
2	Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 6.Физиологические основы спортивной тренировки\ Тема лекционного занятия- Тема 6.2 Спортивная работоспособность
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических характеристиках спортивной работоспособности в различных климатических условиях.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Спортивная работоспособность в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения функций организма в этих условиях. Физическая работоспособность в холодных условиях. Акклиматизация к изменениям температуры. Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления. Характеристика факторов, действующих на организм человека в условиях среднегорья и высокогорья, изменения функций организма в этих условиях. Различные типы гипоксии и их физиологическая характеристика. Горная (высотная) болезнь. Адаптация человека к пониженному барометрическому давлению. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в среднегорье.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий.Влияние водной среды на	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

	спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды). Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.	Опрос, оценка знаний студентов

6. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 7. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола.\Тема лекционного занятия 7.1 Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических характеристиках спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии, физиологических характеристиках возрастных этапов специализации в разных видах спорта.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта. Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств. Особенности развития состояний организма (врабатывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом. Функциональные	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.)

	особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

Приложение № 2 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты практических (семинарских) занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ (СЕМИНАРСКИХ) ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Тема практического (семинарского) занятия. Тема 1.1. Анатомо-физиологические особенности центральной нервной системы. Частная физиология центральной нервной системы.

3. Цели занятия. Ознакомить с физиологическими основами и свойствами возбудимых тканей, воздействием различных раздражителей на нервно-мышечный препарат.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	В соответствии с теоретическим материалами составить схемы по «физиологии возбудимых тканей», выполнить моделирование вставочного, эффекторного и аффекторного нейронов, химического и электрического синапсов с помощью пластилина и зарисовки.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практического занятия и его структуры)

Практические задания: практические задание и упражнение

1. Исследовать функций сохранения позы и равновесия при стоянии и ходьбе.
2. Исследовать функций координации тонуса мышц, позы и целенаправленного движения.
3. Исследовать функций мозжечка, осуществляющего программирование движений.
4. Исследовать функций среднего мозга.

«Мозговой штурм» по следующим темам:

- Понятие о химической и электрической сигнализации, реакциях клеток на сигналы среды существования. 2. Понятие информации. Сигналы и их виды. Понятие о клеточных рецепторах и их функциях. Рецепторные механизмы восприятия сигналов. 3. Общие свойства возбудимых тканей. Возбуждение и формы его проявления. Показатели (параметры) возбудимости.. Биопотенциалы, их виды. Мембранный потенциал покоя, его происхождение. Понятие о гальванизме. 5. Современные представления о механизмах и фазах развития потенциала действия. Изменения возбудимости в процессе возбуждения. 6. Законы реагирования возбудимых тканей на действие раздражителей. 7. Сенсорные рецепторы: определение понятия, классификация, роль, основные свойства. Рецепторный и генераторный потенциалы. Понятие о принципах кодирования информации в сенсорных рецепторах.
- 1. Нервные волокна: строение, классификация, функции. 2. Механизм и законы проведения возбуждения по нервному волокну. 3. Физиологические основы проводниковой анестезии в стоматологической практике. 4. Транспорт веществ по нервным волокнам: виды, функции. 5. Синапсы: строение, классификация, свойства, физиологическая роль. 6. Современные представления о механизмах передачи возбуждения в синапсах. Возбуждающие нейромедиаторы. ВПСП. 7. Тормозные синапсы, их медиаторы. Ионные механизмы функционирования тормозного синапса, ТПСП. 8. Понятие о возможностях направленного фармакологического влияния на синаптическую передачу.

Требования к выполнению практического задания:

В соответствии с теоретическими материалами составить схемы по «физиологии возбудимых тканей», выполнить моделирование вставочного, эффекторного и аффекторного нейронов, химического и электрического синапсов с помощью пластилина и зарисовки.

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Тема практического (семинарского) занятия. Тема 1.2. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).

3. Цели занятия. Сформировать представление о физиологических особенностях сенсорных систем

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	В соответствии с теоретическими материалами и дополнительными источниками выступить с докладом-презентацией по указанным ниже темам: Методы физиологических исследований. Роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов). Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения). Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие. Координация деятельности центральной нервной системы. Тормозные нейроны и медиаторы. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной	Опрос, оценка знаний студентов

	афферентации. Функциональная организация спинного мозга. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях. Средний мозг и его функции. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций. Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы.	
2	Раскрыть основные понятия мембранных потенциалов, нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практического занятия и его структуры)

1. Тема практического (семинарского) занятия. Общая и частная физиология сенсорных систем. Функции головного мозга. Физиология высшей нервной деятельности (ВНД).

Вопросы к обсуждению:

Методы физиологических исследований. Роль отечественных и зарубежных ученых в развитии физиологии. Общие физиологические понятия (функция, процесс, обмен веществ и энергии, гомеостаз, адаптация, ритмичность физиологических процессов). Физиология возбудимых тканей (раздражимость, возбудимость и методы её измерения). Гуморальный и нервный механизмы регуляции физиологических функций. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Механизм проведения импульса по нервному волокну

(локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие. Координация деятельности центральной нервной системы. Тормозные нейроны и медиаторы. Виды торможения: пресинаптическое и постсинаптическое торможение, возвратное торможение. Распространение и взаимодействие импульсов в центральной нервной системе. Основные принципы координации рефлекторной деятельности: субординация нервных центров, иррадиация и концентрация возбуждения, реципрокные взаимоотношения, общий конечный путь (Ч. Шеррингтон), принципы доминанты (А. А. Ухтомский) и обратной афферентации. Функциональная организация спинного мозга. Функции продолговатого мозга, его роль в моторных и вегетативных реакциях. Средний мозг и его функции. Промежуточный мозг: таламус и его функциональная организация, гипоталамус как высший подкорковый центр регуляции вегетативных функций. Сетевидное образование (ретикулярная формация) ствола мозга, его восходящие и нисходящие активирующие и тормозные влияния. Лимбическая система мозга, особенности структурно-функциональной организации и её функции. Функции мозжечка и его роль в регуляции двигательных и висцеральных функций. Кора больших полушарий головного мозга как высший отдел центральной нервной системы.

Практические задания:

Зарисовать и смоделировать из пластилина:

1. общий план строения головного мозга в продольном (сагиттальном) разрезе и обозначьте отделы головного мозга. Ответьте, чем образовано серое и белое вещество.

2. Рефлекторный механизм деятельности центральной нервной системы — рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Общая характеристика функций нейронов (восприятие, переработка и передача информации). Мембранные потенциалы нервной клетки (потенциал покоя и потенциал действия), механизм их возникновения. Изменение возбудимости в течение одиночного цикла возбуждения. Синапс, его строение и механизм проведения возбуждения через нервно-мышечный синапс. Возбуждающие и тормозные синапсы, их роль в возникновении импульсного ответа нейрона. Механизм проведения импульсов по нервному волокну. Механизм проведения импульса по нервному волокну (локальные токи) и законы проведения возбуждения по нервному волокну. Понятие о нервном центре. Особенности проведения возбуждения через нервные центры (одностороннее проведение, замедленное проведение, суммация возбуждения, трансформация и усвоение ритма, спонтанная активность, следовые процессы). Время рефлекса и его составляющие.

1. Выполнить сравнение выработки условных рефлексов на раздражители первой и второй сигнальных систем человека
2. Исследовать функций координации тонуса мышц, позы и целенаправленного движения
3. Исследовать функций мозжечка, осуществляющего программирование движений

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить поставленные задачи практической работы по указанной теме. Защита презентации с опросом.

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология

2. Раздел 1.Физиология высшей нервной деятельности. Нервно-мышечная система \ Тема практического (семинарского) занятия. 1.1. Нервно-мышечная система. Произвольные движения.

3. Цели занятия. Сформировать представление о двигательных единицах, их типах и функциональных свойствах.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения

1	В соответствии с теоретическим материалами составить схемы-конспекты по теме «Нервно-мышечная система. Произвольные движения», выполнить моделирование из пластилина и зарисовку мотонейрона, режимов мышечного сокращения, схему обратных связей в управлении движениями.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Конспект-схема «Возрастные особенности двигательного анализатора Системы произвольных и непроизвольных движений. Особенности движений в младенческом возрасте, раннем детстве, дошкольном возрасте, младшем школьном возрасте, подростковом возрасте. Возрастные особенности регуляции произвольных движений».	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Поза тела и её значение в двигательной деятельности человека. Роль спинного мозга, различных отделов ствола мозга и подкорковых ядер в регуляции тонуса скелетных мышц и позы тела. Гамма-регуляция мышечного тонуса. Установочные рефлексы.

Роль различных отделов центральной нервной системы в регуляции движений. Спинальные двигательные системы (реципрокная иннервация мышц-антагонистов, сгибательный, перекрестный и шагательный рефлексы). Двигательные функции ствола мозга и роль мозжечка в регуляции движений. Нисходящие моторные системы, корковый контроль афферентных влияний, спинальных рефлексов и активности мотонейронов спинного мозга. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями. Использование сенсорных коррекций и срочной информации при обучении движениям

Практические задания:

В соответствии с теоретическими материалами составить схемы-конспекты по теме «Нервно-мышечная система. Произвольные движения», выполнить моделирование из пластилина и зарисовку мотонейрона, режимов мышечного сокращения, схему обратных связей в управлении движениями. Конспект-схема «Возрастные особенности двигательного анализатора Системы произвольных и непроизвольных движений. Особенности движений в младенческом возрасте, раннем детстве, дошкольном возрасте, младшем школьном возрасте, подростковом возрасте. Возрастные особенности регуляции произвольных движений».

Требования к выполнению практического задания:

В практической работе должны быть выполнены задания по всем вышеуказанным параметрам.

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения \ Тема практического (семинарского) занятия. 2.1. Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови

3. Цели занятия. Изучить физиологические основы кроветворения, состав и объем, функции крови.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Скорость оседания эритроцитов. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Группы крови. Резус-фактор. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови. Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных состояниях. Лимфа как внутренняя среда организма: количество, состав, основные свойства и функции, лимфообразование.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их строение и функции. Гемоглобин и гематокрит крови. Осмотическая устойчивость эритроцитов. Лейкоцитарная формула. Физиологический лейкоцитоз. Скорость оседания эритроцитов. Физико-химические свойства плазмы крови: удельный вес, гематокрит, осмотическое давление, КОС, буферные системы крови, коллоидные и суспензионные свойства, вязкость. Группы крови. Резус-фактор. Свертывание крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови. Изменения крови при мышечной деятельности: истинный и ложный эритроцитоз, эритропения, миогенный лейкоцитоз и его фазы, миогенный тромбоцитоз. Изменение показателей периферической крови при различных функциональных состояниях. Лимфа как внутренняя среда организма: количество, состав, основные свойства и функции, лимфообразование.

Практические задания:

Задание 1. Изучение методов измерения артериального давления

Задание 2. Ритм сердца и факторы, влияющие на него

Задание 3. Определение длительности сердечного цикла у человека по пульсу.

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задания согласно заданным параметрам практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения\ Тема практического (семинарского) занятия. 2.2. Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

3. Цели занятия. Изучить физиологические основы сердца, функциональные особенности и свойства сердечной мышцы

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость). Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего». Метаболизм и кровоснабжения сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Показатели деятельности сердца. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий, объема активной мышечной массы. Систолический (ударный) объем крови (УОК), минутный объем крови (МОК) объем циркулирующей и депонированной крови. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе. Влияние на ЧСС, УОК и МОК положения тела в пространстве. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе. Функциональная организация сосудистой системы. Функции артериальных и венозных сосудов. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку. Объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по артериям и венам, факторы его определяющие. Микроциркуляция. Капилляры и их типы. Обмен газов, жидкости и веществ через стенку капилляров. Тонус сосудов и механизмы его регуляции. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Физиологические механизмы кровоснабжения скелетных мышц и других органов и тканей. Основные показатели гемодинамики при мышечной работе. Рабочая гиперемия и ее механизмы.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Перераспределение кровотока при мышечной работе.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации,

	Особенности регуляции кровообращения при мышечной работе. Механизмы регуляции лимфообращения в покое и мышечной деятельности.	эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практического задания и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Сердце. Функциональные особенности и свойства сердечной мышцы (автоматия, возбудимость, проводимость и сократимость). Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Закон «все или ничего». Метаболизм и кровоснабжения сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Показатели деятельности сердца. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий, объема активной мышечной массы. Систолический (ударный) объем крови (УОК), минутный объем крови (МОК) объем циркулирующей и депонированной крови. Зависимость изменений УОК и МОК от мощности мышечной работы. Особенности изменений УОК и МОК при статической работе. Влияние на ЧСС, УОК и МОК положения тела в пространстве. Внутри и внесердечные (нервные и гуморальные) механизмы регуляции работы сердца в покое и при работе.

Функциональная организация сосудистой системы. Функции артериальных и венозных сосудов. Гемодинамика. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие, сосудистое сопротивление кровотоку. Объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по артериям и венам, факторы его определяющие. Микроциркуляция. Капилляры и их типы. Обмен газов, жидкости и веществ через стенку капилляров. Тонус сосудов и механизмы его регуляции. Физиологические и биофизические механизмы регуляции движения крови по сосудам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Физиологические механизмы кровоснабжения скелетных мышц и других органов и тканей. Основные показатели гемодинамики при мышечной работе. Рабочая гиперемия и ее механизмы. Факторы, определяющие величину кровоснабжения активных мышц. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Перераспределение кровотока при мышечной работе.

Особенности регуляции кровообращения при мышечной работе. Механизмы регуляции лимфообращения в покое и мышечной деятельности.

2. ***Практические задания***:

Задание 1. Определение длительности сердечного цикла у человека по пульсу.

Задание 1. Измерить артериального давления способом Короткова.

Задание 2. Произвести функциональные пробы на реактивность сердечно-сосудистой системы.

Задание 3. Заполнить таблицу для записи результатов

Таблица 1

Артерия	ЧСС
височная	
лучевая	
сонная	
бедренная	

Таблица 2

Результаты измерения артериального давления методом Короткова

Показатели	Результат

СД	
ДД	
ПД	
Норма СД по формулам	
Норма ДД по формулам	
СКД	

Таблица 3

Результаты измерения исследования ССС на функциональную реактивность

показатели	покой	После работы через						
ЧСС		0'	1’	2’	3’	4’	5’	
АД								

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить и оформить задание согласно заданным параметрам практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения \ Тема практического (семинарского) занятия. Тема 2.3. Дыхание и его функции. Газообмен в легких

3. Цели занятия. Сформировать представление о физиологических особенностях дыхания и его функциях, газообмена в легких

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения (гиперппое, тахипное, полипное, диспное). Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Газообмен в легких. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению

Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Вентиляция легких. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения (гиперппое, тахипное, полипное, диспное). Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической

подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания.

Газообмен в легких. Газовый состав атмосферного, альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Величины парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и тканях. Диффузия как механизм обмена газов в легких и тканях. Диффузионная способность легких для кислорода и углекислого газа.

3.

4. ***Практические задания***:

1. Зарисовать на листе А4 дыхательный цикл
2. Спирометрия
3. Проанализировать состояние дыхательной системы студента.
4. Сравнить показатели вентиляции легких в покое и динамической нагрузке.

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить и оформить задание согласно заданным параметрам практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения \ Тема практического (семинарского) занятия. 2.4 Общая характеристика основных пищеварительных процессов.

3. Цели занятия. Сформировать представление об основных характеристиках основных пищеварительных процессов

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора). Артериально-венозная разность по кислороду, коэффициент использования кислорода. Транспорт CO2 кровью. Роль карбоангидразы; факторы, влияющие на выделение CO2. Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Миславский). Регуляция деятельности дыхательного центра. Функции Периферических (артериальных) и центральных (медуллярных) хеморецепторов. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и периферических рецепторов. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе. Общая характеристика основных пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике Состав и	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

	свойства пищеварительных соков, их основные ферменты. Полостное и пристеночное пищеварение. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.	
2	Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению.

Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации. Понятие о сдвиге кривой диссоциации оксигемоглобина вправо (эффект Бора). Артериально-венозная разность по кислороду, коэффициент использования кислорода. Транспорт CO2 кровью. Роль карбоангидразы; факторы, влияющие на выделение CO2. Регуляция дыхания. Понятие о газовом гомеостазе организма. Типы регуляции дыхания. Дыхательный центр и его отделы (И.М. Сеченов, Н.А. Мислявский). Регуляция деятельности дыхательного центра. Функции Периферических (артериальных) и центральных (медуллярных) хеморецепторов. Влияние на дыхательный центр с механорецепторов работающих мышц и периферических рецепторов. Роль коры больших полушарий головного мозга в регуляции дыхания. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе. Общая характеристика основных пищеварительных процессов. Работы И. П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Методы исследования функций желудочно-кишечного тракта. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта: в полости рта, желудке, 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике Состав и свойства пищеварительных соков, их основные ферменты. Полостное и пристеночное пищеварение. Секреторная, моторная и гормональная функции желудочно-кишечного тракта. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Всасывание продуктов переваривания пищи. Регуляция пищеварения в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Влияние мышечной деятельности на пищеварение.

5.

6. ***Практические задания***:

7. Зарисовать на листе А4 процесс переваривания пищи на каждом этапе.
8. Зарисовать дыхательный цикл.
9. Зарисовать любую из патологий функционирования дыхательной системы
10. Зарисовать схему влияния мышечной деятельности на все указанные в теме системы.

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить доклад используя наглядное оформление на листе формата А4 с примерами и схемами.

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 2. Кровь и её функции. Функции кровообращения. Функции дыхания, пищеварения, выделения \ Тема практического (семинарского) занятия. 2.5. Общая характеристика выделительных процессов.

3. Цели занятия. Сформировать представление о выделительных процессах

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению.

Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.

11. ***Практические задания***:

12. На основе конкретных примеров провести сравнительный анализ по выделительным процессам

13. Зарисовать на листе А4 нефрон, процесс мочеобразования

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции \Тема практического (семинарского) занятия. 3.1 Взаимосвязь обмена веществ и энергии

3. Цели занятия. Сформировать представление о взаимосвязи обмена веществ и энергии, ассимиляции и диссимиляции, анаболизме и катаболизме.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения

1	Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена. Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена. Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе. Соотношение углеводного и жирового обменов во время мышечной работы.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Обмен воды и минеральных веществ. Значение и распределение воды в организме. Обмен воды при мышечной работе. Влияние дегидратации на работоспособность. Минеральный обмен. Особенности минерального обмена при мышечной работе. Обмен энергии. Энергетический баланс организма. Основной обмен. Добавочный расход энергии. Суточные энергозатраты при различных видах деятельности. Источники энергии и способы её освобождения в организме. Прямая и непрямая калориметрия. Калорический эквивалент кислорода. Энергетический обмен при мышечной работе. Кислородный запрос, потребление кислорода и кислородный долг. Энергетическая стоимость разных видов мышечной деятельности. Коэффициент полезного действия	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Взаимосвязь обмена веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм. Роль белков в организме. Азотистый баланс. Пластическое обеспечение функций. Белковый обмен во время мышечной работы и восстановления. Регуляция белкового обмена.

Роль жиров в организме. Особенности превращения жиров в организме. Мобилизация и использование свободных жирных кислот в энергообеспечении работы мышц. Регуляция жирового обмена.

Роль углеводов в организме Особенности превращения жиров в организме. Регуляция уровня глюкозы в крови и регуляция углеводного обмена. Углеводный обмен при мышечной работе. Соотношение углеводного и жирового обменов во время мышечной работы.

14.

15. ***Практические задания***:

1. Роль белков в организме. Биологическая сущность патологии белкового обмена. 2. Виды белковой недостаточности. 3. Причины и характеристика общей белковой недостаточности. 4. Причины и характеристика избирательной белковой недостаточности. 5. Роль желудка и поджелудочной железы в усвоении белка. 6. Роль кишечника в усвоении белка. 7. Патогенез нарушений усвоения белков при энтероколитах 8. Что такое «сбалансированность» и «дисбаланс» аминокислот? 9. Последствия аминокислотного дисбаланса в крови. 10. Влияние СТГ, АКТГ, глюкокортикоидов на белковый обмен. 11. Влияние половых гормонов, инсулина и гормонов

щитовидной железы на белковый обмен. 12. Виды белкового синтеза и их нарушения. 13. Характеристика межуточного обмена белков. 14. Нарушение межуточного обмена аминокислот, причины и проявления. 15. Патология конечного этапа белкового обмена (нарушение образования мочевины). 16. Виды гиперазотемий, их причины. 17. Патология обмена растворимых белков (плазменных белков). 18. Что такое «диспротеинемия», виды, причины и проявления? 19. Роль печени и почек в обмене плазменных белков и его нарушениях. 20. Что такое амилоидоз и каковы механизмы его развития

Нарушения углеводного обмена Нарушения утилизации глюкозы клетками Усиление глюконеогенеза Активация полиольного пути распада глюкозы. Нарушения липидного обмена Нарушения биосинтеза ТАГ Усиление липолиза Увеличение образования кетоновых тел Интенсификация биосинтеза холестерина

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Железы внутренней секреции \Тема практического (семинарского) занятия. 3.2. Регуляция температуры тела человека

3. Цели занятия. Сформировать представление о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма, механизмах теплопродукции (химическая терморегуляция).

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Понятие о температурном гомеостазе и тепловом балансе организма. Механизмы теплопродукции (химическая терморегуляция). Первичное и вторичное тепло. Механизмы теплоотдачи (физическая терморегуляция). Теплоизлучение, теплопроведение, конвекция и испарение. Работа потовых желез и их роль в теплоотдаче	Опрос, оценка знаний студентов
2	Дегидратация организма. Температурные «ядро» и «оболочка» тела. Факторы, определяющие колебания температуры «ядра» и «оболочки». Способы измерения температуры тела. Регуляция температуры тела человека. Восприятие и анализ температуры тела и внешней среды. Нервные центры. Исполнительные органы системы терморегуляции. Рабочая гипертермия, ее механизмы и закономерности. Теплообмен при различных видах мышечной деятельности и влияние на него условий внешней среды (температура, влажность). Адаптация организма к изменениям температуры внешней среды.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

16. Постоянство температуры внутренней среды организма как необходимое условие нормального протекания метаболических процессов. Гомойотермия и пойкилотермия. Понятие о гетеротермии.Температура тела человека. Температурное «ядро» и «оболочка». Колебания температуры тела. Методы ее измерения.Температура «комфорта». Понятие о гипотермии и гипертермии.Теплопродукция. Обмен веществ как источник образования тепла. Роль отдельных органов в теплопродукции.Теплоотдача. Способы отдачи тепла (теплопроведение, конвекция, излучение, испарение). Внутренний и наружный потоки энергии. Механизмы терморегуляции.

Химическая и физическая терморегуляция. Эффекторные аппараты и эфферентные пути терморегуляции. Терморецепторы. Центр терморегуляции. Физиологические механизмы адаптации к холоду и теплу. Эндо- и экзопирогены. Физиологические основы гипотермии.

17. ***Практические задания***:

18. Решение задач по расчету энергетических затрат в организме.

19. Задача 1. Определение своего основного обмена: а) по массе тела: Р кг × 4,185 кДж × 24 ч; б) по поверхности тела: S м 2 × 4.185 кДж × 940; в) по таблицам роста, пола, массы тела и возраста.
20. Задача 2. За 20 мин испытуемый вздохнул и выдохнул 240 л воздуха, в котором содержится 4.03 % углекислого газа и 16,9% кислорода. Определить суточный обмен этого человека.
21. Задача 3. За 30 мин пребывания человека в калориметре температура 40 л воды повысилась с 20 до 21 °С. Определить суточный обмен этого человека.
22. Задача 4. За 1 сутки испытуемый принял с пищей 430 г углеводов, 110 г белков и 100 г жира. Определить калорическую ценность этих продуктов.
23. Задача 5. За 1 сутки с мочой выделено 20 г азота в виде мочевины и мочевой кислоты. Определить суточный обмен этого человека. Задача 6. Обмен за 1 сутки равен 15000 кДж, дыхательный коэффициент -0,9. Какая часть тепла вырабатывается за счет жира и углеводов?

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 3.Обмен веществ и энергии. Теплообмен.Железы внутренней секреции \Тема практического (семинарского) занятия. 3Тема практического (семинарского) занятия. 5.3. Функции желез внутренней секреции

3. Цели занятия. Сформировать представление о функциях желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роли в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Функции желез внутренней секреции (эндокринных желез) и их роль в регуляции функций организма в покое и при мышечной деятельности. Гормоны, их свойства. Виды и механизм действия гормонов. Основные методы исследования: удаление эндокринных желез в эксперименте, блокада и стимуляция их функций, введение гормонов. Эндокринная система организма и регуляция её деятельности (гипофизарный и парагипофизарный пути регуляции).Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Функции гормонов надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды. Их роль в процессах срочной и долговременной адаптации организма к экстремальным факторам. Общий адаптационный синдром, его стадии. Стресс и адаптация. Роль желез внутренней секреции в формировании системно-структурного следа при переходе срочных адаптивных реакций в долговременные. Эндокринные функции половых желез и их роль в развитии физических качеств. Вредность использования	Опрос, оценка знаний студентов

	анаболических стероидов. Функции гормонов щитовидной железы. Ее гипо- и гиперфункция. Влияние на энергетический обмен и связь с симпатической нервной системой. Роль в процессах терморегуляции. Эндокринные функции поджелудочной железы.	

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению.

Физиология эндокринной системы. Механизм действия гормонов. Гипоталамо-гипофизарная система. Гормоны гипофиза, их роль и особенности секреции. Гормоны щитовидной железы, их роль и особенности секреции. Паращитовидные железы и их роль. Гормоны коркового слоя надпочечников, их роль в жизнедеятельности организма и в долговременной адаптации к физическим нагрузкам. Гормоны мозгового вещества надпочечников. Роль симпатоадреналовой системы в процессе срочной адаптации. Понятие об общем адаптационном синдроме, его стадии. Роль желез внутренней секреции в адаптации к физическим нагрузкам и другим факторам среды. Гомоны половых желез и их роль в жизнедеятельности организма. Влияние половых гормонов на белковый обмен

24.

25. ***Практические задания***:

26. В соответствии с теоретическим материалами составить схемы «Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции деятельности других желез внутренней секреции», выполнить моделирование надпочечников. Гормоны мозгового слоя (адреналин и норадреналин), их связь с симпатической нервной системой. Гормоны коркового слоя: минералокортикоиды и глюкокортикоиды», с помощью пластилина и зарисовки изобразить щитовидную железу, поджелудочную железу. Зарисовать строение половых желез.

27. Схематично, иллюстративно и письменно ответить на следующие вопросы: Гуморальная регуляция физиологических функций. Классификация гуморальных агентов и эндокринных желез. Биохимическая природа гормонов. Механизм их восприятия и действия. Основные аспекты гуморальных влияний. Регуляция выработки гормонов. Контуры саморегуляции, принцип “плюс - минус взаимодействие”. Методы исследования желез внутренней секреции. Гипофиз, его строение. Передняя доля гипофиза и его гормоны. Промежуточная и задняя доли гипофиза, их гормоны. Щитовидная и паращитовидная железы. Их гормоны и регуляция деятельности. Внутренняя секреция поджелудочной железы, ее гормоны и регуляция их выработки. Мозговое вещество надпочечников, его гормоны и регуляция их продукции. Корковое вещество надпочечников, его участие в приспособительных реакциях организма. Реакция “стресс”, его фазы и значения. Внутренняя секреция половых желез. Изменения в организме при их недостаточности. Место образования половых гормонов и регуляция их продукции. Половое созревание человека. Женский половой цикл. Гормональные изменения после оплодотворения. Гормоны плаценты эпифиза. Тканевые гормоны. Собственные гормоны ЖКТ. Межклеточные связи в организме. Креаторные взаимодействия. Какие гормоны вырабатываются в передней доле гипофиза? Как изменяется секреция гонадотропных гормонов при возрастании количества половых гормонов в крови? Гормоны щитовидной железы, синтез, влияние на метаболические процессы. Гормон роста и действие его на обмен веществ в организме. Поджелудочная железа и ее гормоны. Роль инсулина в регуляции обмена углеводов.. Гормональная регуляция минерального обмена.

Требования к выполнению практического задания:

Выполненные задания по моделированию и зарисовке практических работ раздела**.**

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений \Тема практического (семинарского) занятия. Тема 4.1 Аналитические и синтетические классификации

3. Цели занятия. Сформировать представление о характеристике циклических и ациклических движений различной относительной мощности:

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления).	Опрос, оценка знаний студентов
3.	Общая характеристика ациклических движений. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение. Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению.

Характеристика циклических движений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие системы энергообеспечения, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность, длительность восстановления).

Общая характеристика ациклических движений. Характеристика силовых и скоростно-силовых упражнений. Взрывные усилия. Особенности удержания статических усилий. Феномен статического усилия (Д. Линдгард). Прицельные упражнения.

Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Аналитические и синтетические классификации. Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энергозатрат, характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц.

Практические задания:

Оценка состояния вегетативных функций при статической и динамической работе

Требования к выполнению практического задания:

Изучить методы исследования и оценки функционального состояния организма спортсменов: методы оценки физической работоспособности (тест PWC170, спироэргометрическое тестирование), методы оценки адаптационных резервов организма (тест вариационной пульсометрии), современные методы врачебнопедагогических наблюдений (кардиомониторирование).

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 4. Классификация и характеристика физических упражнений Тема практического (семинарского) занятия. Тема 4.2 Характеристика движений, оцениваемых в баллах

3. Цели занятия. Дать характеристику движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность) и ситуационных движений

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Характеристика движений, оцениваемых в баллах (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность). Характеристика ситуационных движений (спортивные игры и единоборства), (расход энергии, кислородный запрос, потребление и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы висцеральных систем, основные механизмы утомления и факторы, лимитирующие работоспособность).	Опрос, оценка знаний студентов
2	Состояния организма при спортивной деятельности. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологические механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими. Восстановление. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления. Активный отдых.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Разминка как фактор оптимизации предстартовых реакций. Влияние разминки на ускорение врабатывания физиологических функций. Значение общей и специальной разминки. Обоснование интервала отдыха между разминкой и соревнованием. Врабатывание. Физиологические закономерности и механизмы врабатывания. «Мертвая точка» и «второе дыхание». Механизмы их развития. Пути преодоления «мертвой точки».

Рабочее состояние. Истинное и ложное устойчивое состояние при циклических упражнениях разной мощности. Характеристика двигательных, висцеральных функций, энергетического обмена, гормональной активности, координации движений в фазе устойчивой работоспособности. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и других упражнениях.

Утомление. Определение и физиологическая сущность утомления. Современные представления о механизмах утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе. Компенсированное и некомпенсированное утомление. Наиболее типичные факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления. Понятие об основных факторах, лимитирующих работоспособность при упражнениях разного характера и мощности.

Восстановление. Восстановительные процессы после работы. Послерабочие изменения как отражение следовых процессов в тканях и нервной системе. Кислородный долг и его компоненты. Восстановление энергетических запасов в организме. Особенности восстановления функций: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановительные процессы после тренировочных занятий и соревнований. Влияние тренировки на восстановительные процессы. Средства повышения эффективности процессов восстановления. Активный отдых.

28.

29. ***Практические задания***:

- Ортостатическая проба основана на том, что тонус симпатического отдела вегетативной нервной системы и соответственно частота сердечных сокращений увеличиваются при переходе из горизонтального положения (клиностатика) в вертикальное (ортостатика). Ортостатическая проба проводится следующим образом. Обследуемый ложится на кушетку, через 3—4 мин у него в течение 15 с подсчитывается пульс. Затем он встает и через 15 с после перехода в вертикальное положение у него вновь определяют пульс. Результаты пересчитывают на 1 мин. При нормальном тонусе и возбудимости симпатического отдела вегетативной нервной системы учащение пульса не должно превышать 12—18 уд./мин. Уменьшение частоты пульса менее. чем на 12 уд./мин или увеличение частоты пульса более, чем на 18 уд./мин указывает, соответственно, на понижение или повышение возбудимости и тонуса симпатического отдела вегетативной нервной системы. Если разница больше 20 уд./мин, значит, организм не 5 справляется с предлагаемой нагрузкой, то есть имеется остаточное утомление. У хорошо тренированных спортсменов учащение пульса сравнительно невелико и колеблется в пределах от 5 до 15 уд./мин. В клинических условиях, при проведении ортостатической пробы по Шеллонгу, помимо частоты сердечных сокращений в течение 10 мин вертикального положения обследуемого регистрируется и величина артериального давления на каждой минуте стояния.
- Клиностатическая проба основана на том, что при переходе из вертикального положения в горизонтальное повышается тонус парасимпатического отдела вегетативной нервной системы, что выражается в уряжении частоты пульса. Клиностатическую пробу проводят в обратном порядке по сравнению с предыдущей. Нормальная возбудимость парасимпатического отдела вегетативной нервной системы выражается в уряжении пульса на 4—12 уд./мин; более значительное уряжение пульса указывает на повышенную возбудимость этого отдела вегетативной нервной системы.
- Проба Ашнера (глазо-сердечный рефлекс) также характеризует возбудимость парасимпатического отдела вегетативной нервной системы. У обследуемого в положении лежа определяют частоту пульса, затем на его глазные яблоки при закрытых веках мякотью большого

и указательного пальцев производят нерезкое, постепенно усиливающееся давление в течение 10 с, но не до боли, и вновь определяют частоту пульса. Рефлекс считается положительным при урежени пульса на 5—12 уд./мин, что свидетельствует о нормальной возбудимости парасимпатического отдела вегетативной нервной системы. Урежение частоты пульса более чем на 12 уд./мин указывает на повышение возбудимости парасимпатического отдела вегетативной нервной системы. Если частота пульса после пробы не изменяется, то рефлекс считается отрицательным, что указывает на понижение возбудимости этого отдела вегетативной нервной системы. Глазо-сердечный рефлекс считается извращенным, если пульс после пробы учащается более чем на 24 уд./мин. У хорошо тренированных людей изменение частоты пульса при всех трех вегетативных пробах выражено слабее, чем у нетренированных. Выявлено, что значительные изменения показателей вегетативных проб проявляются в состоянии переутомления, перетренированности. В несколько меньшей степени они выражены при перенапряжении. Представление о функции вегетативной нервной системы можно получить по кожно-сосудистой реакции. Определяется она следующим образом: по коже каким-либо неострым предметом, например, неотточенным концом карандаша, с легким нажимом проводят несколько полосок. Если в месте нажима на коже появляется розовая окраска, кожно-сосудистая реакция в норме, белая — возбудимость симпатической иннервации кожных сосудов повышена, красная или выпукло-красная — возбудимость симпатической иннервации кожных сосудов высокая. Белый и красный дермограф может наблюдаться ори отклонениях в деятельности вегетативной нервной системы (при переутомлении, во время болезни, при неполном выздоровлении).

Требования к выполнению практического задания:

Изучить методы исследования и оценки функционального состояния организма спортсменов: методы оценки физической работоспособности (тест PWC170, спироэргометрическое тестирование), методы оценки адаптационных резервов организма (тест вариационной пульсометрии), современные методы врачебнопедагогических наблюдений (кардиомониторирование).

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 5. Формирование двигательных навыков \Тема практического (семинарского) занятия. Тема 5.1 Формирование двигательных навыков

3. Цели занятия. Сформировать представление о формировании двигательных навыков

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка). Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации,	Опрос, оценка знаний студентов

	постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции). Индивидуализация обучения. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.	

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

30. Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип, экстраполяция. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка. Физиологические закономерности и стадии формирования двига¬тельных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка). Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (значение обратных связей, срочной и дополнительной информации, постепенного усложнения и разносторонней техники движений, речевой регуляции). Индивидуализация обучения. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.

31. ***Практические задания***:

На основе теоретического материала составить схемы-конспекты по следующим вопросам, использовать зарисовки, а также составить таблицу по возрастным особенностям двигательных качеств детей и подростков

1. Двигательные навыки и физиологические механизмы их формирования.
2. Роль тренируемости в освоении двигательных навыков.
3. Стабильность и вариативность компонентов двигательного навыка.
4. Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков (стадия генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации возбуждения; стадия стабилизации; стадия автоматизации навыка).
5. Соматический и вегетативный компоненты двигательного навыка.
6. Индивидуализация обучения.
7. Особенности формирования двигательных навыков в различных видах спорта.

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 6.Физиологические основы спортивной тренировки\.Тема практического (семинарского) занятия. Тема 6.1. Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты.

3. Цели занятия. Сформировать представление о физиологической характеристике состояния тренированности, и функциональных изменениях органов и систем в этот период.

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Спортивная тренировка и её основные структурно-функциональные эффекты. Физиологическая характеристика состояния тренированности. Функциональные изменения Деятельности висцеральных систем в покое, при стандартных и максимальных нагрузках. Физиологическое обоснование	Опрос, оценка знаний студентов

	принципов спортивной тренировки: специфичности, максимальных нагрузок, взаимодействия нагрузок, вариативности, обратимости, цикличности, учета фазности восстановительных процессов. Классификация нагрузок по специфичности, энергетической направленности, координационной сложности и величине. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок.	
2	Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности воздуха. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы. Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и ее отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическая характеристика периодизации спортивной тренировки: подготовительного, соревновательного и переходного периодов. Физиологические основы предсоревновательного этапа тренировки. Особенности физической терморегуляции в условиях повышенной температуры и влажности воздуха. Физиологическая характеристика факторов, снижающих спортивную работоспособность: а) перегревание организма; б) дегидратация; в) снижение кислородтранспортных возможностей сердечно-сосудистой системы. Изменения функций организма в условиях повышенной температуры и влажности. Тепловая адаптация (акклиматизация) и ее физиологическая характеристика. Спортивная тренировка в жарких условиях. Питьевой режим. Повышение тепловой устойчивости организма.

32.

33. ***Практические задания***:

Оценка тренированности

1. КРИС
2. Проба Руффье –Диксона
3. Ортостатическая проба

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. *Возрастная физиология*

2. Раздел 6.Физиологические основы спортивной тренировки.\ Тема практического (семинарского) занятия. Тема 6.2 Спортивная работоспособность

3. Цели занятия. Сформировать представление о спортивной работоспособности

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Спортивная работоспособность в условиях пониженной температуры окружающей среды. Изменения функций организма в этих условиях. Физическая работоспособность в холодных условиях. Акклиматизация к изменениям температуры. Спортивная работоспособность в условиях пониженного атмосферного давления. Характеристика факторов, действующих на организм человека в условиях среднегорья и высокогорья, изменения функций организма в этих условиях. Различные типы гипоксии и их физиологическая характеристика. Горная (высотная) болезнь. Адаптация человека к пониженному барометрическому давлению. Работоспособность спортсменов во время и после пребывания в среднегорье.	Опрос, оценка знаний студентов
2	Биологические ритмы человека. Циркадианные ритмы и динамика работоспособности в течение суток. Биоритмы и адаптация. Десинхроноз и его физиологическая характеристика. Формирование новой суточной периодики функций организма при трансмеридиональных перемещениях и ее фазы. Спортивная работоспособность при смене климато-географических условий. Влияние водной среды на спортивную работоспособность. Факторы, действующие на организм человека в водной среде (плотность, повышенное барометрическое давление, гипогравитация, высокая теплоемкость и теплопроводность воды). Особенности терморегуляции организма в воде. Энергетика плавания. Функции сенсорных систем в воде. Функции соматических и висцеральных систем в водной среде. Физиологические основы совершенствования двигательных качеств пловцов.	Опрос, оценка знаний студентов

5. Содержание практического (семинарского) занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла практической работы и её структуры)

Вопросы к обсуждению:

Общая характеристика выделительных процессов. Выделительная функция кожи (потовые и сальные железы), легких и желудочно-кишечного тракта. Основные функции почек и методы их исследования. Нефрон как структурно-функциональная единица почек. Особенности кровообращения в почках. Юкстамедуллярные нефроны. Процесс мочеобразования: клубочковая фильтрация, канальцевая реабсорбция и секреция. Регуляция мочеобразования. Количество, состав и свойства мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.

34. ***Практические задания***:

Оценка двигательных функций (сила, выносливость, лабильность)

Требования к выполнению практического задания:

Выполнить задание согласно цели практической работы

1. Учебная дисциплина. Возрастная физиология
2. Раздел 7. Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола \Тема практического занятия- Тема 7.1 Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта.
3. Цель занятия. Сформировать представление о физиологических критериях спортивной ориентации и отбора, физиологической характеристике возрастных этапов специализации в разных видах спорта
4.Структура практического занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора и их физиологические критерии. Физиологическая характеристика возрастных этапов специализации в разных видах спорта. Особенности функциональных изменений у юных спортсменов при упражнениях различной мощности, силовых и скоростно-силовых упражнениях. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств. Особенности развития состояний организма (врабатывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов. Возрастные закономерности и механизмы адаптации юных спортсменов под влиянием спортивной тренировки, физиологические основы дозирования тренировочных нагрузок.	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов
2	Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла. Влияние на	Взаимодействие с аудиторией (вопросы, вкрапленные задания, активное резюмирование, проблемные ситуации, эвристическая беседа и т. д.) Опрос, оценка знаний студентов

	спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок..	

5.Содержание практического занятия и взаимодействие с аудиторией.
Введение.Формулирование темы занятия. Использование вводного примера, описание ситуации, демонстрация какого-либо процесса и т. д. (в зависимости от вида, замысла лекции и её структуры)

1. Аэробные и анаэробные возможности юных спортсменов. Возрастные особенности формирования двигательных навыков и развития двигательных качеств.
2. Особенности развития состояний организма (врабатывания, устойчивого состояния, утомления и восстановления) в процессе тренировки у юных спортсменов.
14. Особенности деятельности центральной нервной системы и сенсорных систем в женском организме.
15. Особенности двигательных и висцеральных функций и развития физических качеств у женщин. Аэробные и анаэробные возможности женщин.
16. Изменения функциональных возможностей женского организма под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
17. Функциональные особенности женского организма, благоприятствующие выполнению ряда упражнений.
18. Факторы, лимитирующие спортивную работоспособность женщин. Влияние больших физических нагрузок на организм спортсменок.
19. Перестройка гормональной активности и функционального состояния всех систем организма в различные фазы менструального цикла.
20. Влияние на спортивную работоспособность женщин фаз менструального цикла: менструальной, постменструальной, овуляторной, постовуляторной и предменструальной.
21. Индивидуализация тренировочного процесса с учетом фаз ОМЦ. Физиологические основы построения тренировочных микро- и мезоциклов у спортсменок.

35. ***Практические задания***:

Оценка двигательных функций (сила, выносливость, лабильность)
Требования к выполнению практического задания:
Выполнить задание согласно цели практической работы

Приложение № 3 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лабораторных занятий по дисциплине (модулю)

КОНСПЕКТЫ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ РАЗДЕЛА 3

Тема лабораторного занятия: Регуляция температуры тела человека

Форма практического задания: лабораторный практикум,

Задания лабораторного практикума

1. Произвести расчет основного обмена по таблицам
2. Вычислить величины основного обмена по формулам
3. Определить процентного отклонения величины основного обмена от нормы по методу Рида
4. Рассчитать должных значений минутного объема кровообращения (ДМОК), минутного объема дыхания (ДМОД) и жизненной емкости легких (ДЖЕЛ) по величине основного обмена
5. Произвести термометрию различных участков тела

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ РАЗДЕЛА 4

Тема лабораторно занятия: Аналитические и синтетические классификации

Форма практического задания: лабораторный практикум,

Задания лабораторного практикума

1. Оценить уровень физического состояния человека (У Ф С)

. ФИО	. Возраст	. Рост	. Вес	. ЧСС	. АД измеренное				. АД должное		. УФС
.	.	.	.	.	. СД	. ДД	. ПД	. АД ср	. СД	. ДД	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.

80.

81.

2. Определить физиологические изменения в организме при динамической работе

82.

. Условия исследования	. Физиологические показатели							
	. ЧСС	. ЧД 1\мин	. АД макс\мин	. ЖЕЛ, мл	. Латентный период рефлекса		. Сила мышц кисти	
					. свет	. звук	. левая	. правая
. В покое	.	.	.	.	0.	1.	2.	3.
4. осле нагрузки 3 мин	5.	6.	7.	8.	9.	0.	1.	2.
3. мин	4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.	1.
2. мин	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.

131.

132.

3. Исследование физиологических реакций при статической работе и заполнение данных по таблице.

3. словия исследования	4. Физиологические показатели							
	5. Ч СС	6. Д 1\мин	7. Д макс\мин	8. ЕЛ, мл	9. Латентный период рефлекса		0. Сила мышц кисти	
					1. вет	2. вук	3. евая	4. равая
5. покое	6.	7.	8.	9.	0.	1.	2.	3.
4. осле нагрузки 3 мин	5.	6.	7.	8.	9.	0.	1.	2.
3. мин	4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.	1.
2. мин	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.

181.

182.

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ РАЗДЕЛА 5

Тема лабораторно занятия: Формирование двигательных навыков

Форма практического задания: лабораторный практикум,

Задания лабораторного практикума

1. Изучить степени развития систем управления мышечными усилиями
2. Измерить показателей, характеризующих быстродействие
3. Произвести физиологический анализ разминки

3. Порядок работы		4. СС	5. Д 1\мин	6. Д макс\мин	7. Тепинг тест		8. Сила мышц кисти	
					9. квадрат	0. квадрат	1. евая	2. равая
3. В покое		4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.
1. После 1 нагрузки		2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
9. осстанавит	0. 3 мин	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
	8. 6 мин	9.	0.	1.	2.	3.	4.	5.
	6.	7.	8.	9.	0.	1.	2.	3.
4. После 2 нагрузки		5.	6.	7.	8.	9.	0.	1.
2. осстанов	3. 3 мин	4.	5.	6.	7.	8.	9.	0.
	1. 6 мин	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.

лени е	9. 9 мин	0.	1.	2.	3.	4.	5.	6.

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ РАЗДЕЛА 6

Тема лабораторно занятия: Спортивная работоспособность

Форма практического задания: лабораторный практикум,

Задания лабораторного практикума

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ РАБОТАМ РАЗДЕЛА 8

1. Исследовать максимальной произвольной силы и силовой выносливости мышц

Специализация	Силовой индекс (J)			Выносливость (В)	Снижение работоспособности
	Правая кисть	Левая кисть	вывод	значение	значение

2. Измерить показатели тренированности в покое
3. Измерить показатели тренированности при выполнении дозированной нагрузки

267.

ЗАДАНИЯ К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ РАЗДЕЛА 7

Тема лабораторно занятия: Физиологические основы тренировки лиц разного возраста и пола

Вопросы для самоподготовки:

Форма практического задания: лабораторный практикум,

Задания лабораторного практикума

268. 1.Исследовать некоторые функции организма детей школьного возраста в условиях покоя

269. 2.Исследовать некоторые функции организма детей школьного возраста при физических нагрузках

270.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПЕРВОБЫТНОМ ОБЩЕСТВЕ И В СРЕДНИЕ ВЕКА	
Тема 1.	История физической культуры и спорта (ТФСД) в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре. Физическая культура раннего средневековья (V-IX вв.). Физические упражнения и игры сельского населения. Физическая культура и спорт горожан. Физическое воспитание феодальной знати. Развитие физической культуры на этапе развитого средневековья (X-XIV вв.). Физические упражнения в трудовой, военной и бытовой деятельности. Образование в Западной Европе рыцарской системы физического воспитания феодалов. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XVXVII вв.). Прогрессивная роль гуманистических идей В. Фильтре, Ф. Рабле, Т. Мора, Т.

	Кампанеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия и др. в развитии физического воспитания. Особенности развития физической культуры и спорта в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII и XVIII В. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Д. Локка, Ж.-Ж. 11 Руссо, Я.А. Коменского, И. Песталоцци и др. Движение филантропизма в Германии, его роль в развитии физического воспитания в школе. Гимнастическое и спортивно-игровое направления – специфическая черта развития физического воспитания в XIX – начале XX в. в Германии, Швеции, Чехии, Франции, Англии, США и др. странах. Немецкое и шведское гимнастическое движение. Возникновение и развитие сокольской гимнастики. Физическое воспитание в учебных заведениях. Подразделение средств физического воспитания на спорт, гимнастику и игры. Образование современных видов спорта. Зарождение предпринимательского и профессионального спорта. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Внешкольное физическое воспитание. Милитаризация физической культуры и спорта в период между первой и второй мировыми войнами. Развитие скаутского движения, создание молодежных организаций, использование физической культуры для идеологического воздействия на молодежь. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны. Усиление государственной формы управления физическим воспитанием молодежи, особенности содержания его программ в ряде развитых стран. Совершенствование массового физического воспитания и спорта в развитых странах мира. Региональные особенности развития физического воспитания. Зарождение физической культуры у народов, проживающих на территории России. Общая направленность физического воспитания детей в VI-IX вв. Физическое воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.) у восточных славян, народов Украины, Белоруссии, Кавказа, Прибалтики, Средней Азии и других регионов. Военно-физическая подготовка русского войска. Древнеславянские летописи XI-XIII вв. и древнейшие русские былины – источники познания физического воспитания древней Руси. Влияние особенностей развития русской культуры XIII-XVIII вв. на народные и государственные формы физического воспитания. Региональные особенности содержания народных

	физических упражнений: военно-физическая подготовка казачества, игры народов Севера, физические упражнения восточных славян, татар, башкир и др. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы физического воспитания и развития физической культуры в Российской империи. Введение физического воспитания в среде русского дворянства в качестве одного из обязательных учебных предметов. Физическое воспитание в военных учебных заведениях. Частные школы фехтования. Первые спортивные соревнования. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в. (М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов и др.). Влияние развития капиталистических отношений в России во второй половине XIX в. на процесс развития физической культуры и спорта. Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских ученых Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова, Н.Е. Введенского. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К.Д. Ушинского, Е.А. Покровского, Е.М. Дементьева и др. Деятельность П.Ф. Лесгафта и его вклад в разработку отечественной системы физического образования. Основные элементы системы физического воспитания П.Ф. Лесгафта. Развитие современных видов спорта в конце XIX начале XX вв. Появление первых федераций и проведение соревнований по видам спорта. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях. Развитие отдельных видов спорта. Образование Российского олимпийского комитета. Прогрессивная роль передовой интеллигенции, военных в создании общественных физкультурно-спортивных организаций (В.Ф. Краевский, В.И. Срезневский, Г.А. Дюпперон, А.Д. Бутовский, А.П. Лебедев, Г.И. Рибопьер, П.П. Москвин и др.). Российские олимпиады 1913 и 1914 гг.
РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ И МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ	
Тема 1.	Трансформация в структуре и функциях государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в начале 1990-х годов. Принятие федеральных «Основ законодательства РФ о физической культуре и спорте» (1993 г.), закона «Об образовании» (1995), закона «О физической культуре и спорте в РФ» (1999 г.) и закона «О физической культуре и спорте в РФ» (2007 г.) . Возрождение народных форм и

	национальных видов физических упражнений и видов спорта. Массовые физкультурно-оздоровительные образовательных проекты: «СпАрт», «Президентские состязания», «Олимп» и др. Альтернативные формы физического воспитания и развития массового спорта. История развития адаптивного спорта для лиц с поражением (слуха, зрения, интеллекта) в мире. Предпосылки участия лиц с данными нарушениями в спортивных соревнованиях. Развитие адаптивного спорта для данных лиц в нашей стране. Возникновение и развитие Международного спортивного движения по отдельным видам спорта, участие в нем российских и советских спортсменов. Международные спортивные федерации, их роль в развитии спорта. Мировые, национальные, региональные спортивные объединения. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время. Образование МОК и Олимпийские игры современности. Атрибуты и символика современных Олимпийских игр (флаг, эмблема, девиз, награды, неофициальный командный зачет и др.). Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным

ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить

основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется

возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПЕРВОБЫТНОМ ОБЩЕСТВЕ И В СРЕДНИЕ ВЕКА

Вопросы для самоподготовки

1. История физической культуры и спорта (ТФСД) в профессиональной подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.
2. Физическая культура раннего средневековья (V-IX вв.).
3. Физические упражнения и игры сельского населения.
4. Физическая культура и спорт горожан.
5. Физическое воспитание феодальной знати. Р
6. Развитие физической культуры на этапе развитого средневековья (X-XIV вв.).
7. Физические упражнения в трудовой, военной и бытовой деятельности.
8. Образование в Западной Европе рыцарской системы физического воспитания феодалов.
9. Физическая культура эпохи Возрождения и разложения феодализма (XVXVII вв.).
10. Прогрессивная роль гуманистических идей В. Фильтре, Ф. Рабле, Т. Мора, Т. Кампанеллы, И. Меркуриалиса, А. Везалия и др. в развитии физического воспитания.
11. Особенности развития физической культуры и спорта в странах Западной Европы после буржуазных революций XVII и XVIII В.
12. Вопросы физического воспитания детей и молодежи в педагогических сочинениях Д. Локка, Ж.-Ж. 11 Руссо, Я.А. Коменского, И. Песталоцци и др.
13. Движение филантропизма в Германии, его роль в развитии физического воспитания в школе.

14. Гимнастическое и спортивно-игровое направления – специфическая черта развития физического воспитания в XIX – начале XX в. в Германии, Швеции, Чехии, Франции, Англии, США и др. странах.
15. Немецкое и шведское гимнастическое движение.
16. Возникновение и развитие сокольской гимнастики.
17. Физическое воспитание в учебных заведениях.
18. Подразделение средств физического воспитания на спорт, гимнастику и игры. Образование современных видов спорта.
19. Зарождение предпринимательского и профессионального спорта.
20. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
21. Внешкольное физическое воспитание.
22. Милитаризация физической культуры и спорта в период между первой и второй мировыми войнами.
23. Развитие скаутского движения, создание молодежных организаций, использование физической культуры для идеологического воздействия на молодежь.
24. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны.
25. Усиление государственной формы управления физическим воспитанием молодежи, особенности содержания его программ в ряде развитых стран.
26. Совершенствование массового физического воспитания и спорта в развитых странах мира.
27. Региональные особенности развития физического воспитания.
28. Зарождение физической культуры у народов, проживающих на территории России.
29. Общая направленность физического воспитания детей в VI-IX вв.
30. Физическое воспитание в ранний период феодализма (IX-XII вв.) у восточных славян, народов Украины, Белоруссии, Кавказа, Прибалтики, Средней Азии и других регионов.
31. Военно-физическая подготовка русского войска.
32. Древнеславянские летописи XI-XIII вв. и древнейшие русские былины – источники познания физического воспитания древней Руси.
33. Влияние особенностей развития русской культуры XIII-XVIII вв. на народные и государственные формы физического воспитания.
34. Региональные особенности содержания народных физических упражнений: военно-физическая подготовка казачества, игры народов Севера, физические упражнения восточных славян, татар, башкир и др.
35. Реформы Петра I и их значение для становления государственной формы физического воспитания и развития физической культуры в Российской империи.
36. Введение физического воспитания в среде русского дворянства в качестве одного из обязательных учебных предметов.
37. Физическое воспитание в военных учебных заведениях.
38. Частные школы фехтования.
39. Первые спортивные соревнования.
40. Развитие теории и практики физического воспитания отечественными мыслителями, просветителями, революционерами, полководцами XVIII в. (М.В. Ломоносов, И.И. Бецкой, Н.И. Новиков, А.Н. Радищев, А.В. Суворов и др.).

41. Влияние развития капиталистических отношений в России во второй половине XIX в. на процесс развития физической культуры и спорта.

42. Развитие естественнонаучных основ физического воспитания в трудах русских ученых Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, И.П. Павлова, Н.Е. Введенского.
43. Значение для физического воспитания научно-педагогической деятельности К.Д. Ушинского, Е.А. Покровского, Е.М. Дементьева и др.
44. Деятельность П.Ф. Лесгафта и его вклад в разработку отечественной системы физического образования. Основные элементы системы физического воспитания П.Ф. Лесгафта.
45. Развитие современных видов спорта в конце XIX начале XX вв. Появление первых федераций и проведение соревнований по видам спорта. Участие русских спортсменов в международных соревнованиях.
46. Развитие отдельных видов спорта. Образование Российского олимпийского комитета.
47. Прогрессивная роль передовой интеллигенции, военных в создании общественных физкультурно-спортивных организаций (В.Ф. Краевский, В.И. Срезневский, Г.А. Дюпперон, А.Д. Бутовский, А.П. Лебедев, Г.И. Рибопьер, П.П. Москвин и др.).
48. Российские олимпиады 1913 и 1914 гг.

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РОССИИ И МЕЖДУНАРОДНОЕ СПОРТИВНОЕ ДВИЖЕНИЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Трансформация в структуре и функциях государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом в начале 1990-х годов.
2. Принятие федеральных «Основ законодательства РФ о физической культуре и спорте» (1993 г.), закона «Об образовании» (1995), закона «О физической культуре и спорте в РФ» (1999 г.) и закона «О физической культуре и спорте в РФ» (2007 г.) .
3. Возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений и видов спорта.
4. Массовые физкультурно-оздоровительные образовательных проекты: «СпАрт», «Президентские состязания», «Олимп» и др.
5. Альтернативные формы физического воспитания и развития массового спорта.
6. История развития адаптивного спорта для лиц с поражением (слуха, зрения, интеллекта) в мире.
7. Предпосылки участия лиц с данными нарушениями в спортивных соревнованиях.
8. Развитие адаптивного спорта для данных лиц в нашей стране.
9. Возникновение и развитие Международного спортивного движения по отдельным видам спорта, участие в нем российских и советских спортсменов.
10. Международные спортивные федерации, их роль в развитии спорта.
11. Мировые, национальные, региональные спортивные объединения.
12. Возрождение олимпийского движения и его функционирование в настоящее время.
13. Образование МОК и Олимпийские игры современности.
14. Атрибуты и символика современных Олимпийских игр (флаг, эмблема, девиз, награды, неофициальный командный зачет и др.).
15. Выступление отечественных спортсменов на летних Олимпийских играх.
16. Выступление отечественных спортсменов на зимних Олимпийских играх.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Основы планирования и анализа эксперимента в педагогике и психологии»* предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме

лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия

(при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.

2. Правильность оформления титульного слайда.

3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.

4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.

5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и

обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ НОРМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ	
Тема 1.	Основы проведения комплексного контроля образовательного процесса высшего учебного заведения. Определение оптимального объема показателей учащейся молодежи для оценки функционального состояния и уровня подготовленности спортсменов. Стандартизация условий и нормирование процесса подготовки учащейся молодежи. Методологическая разработка аспектов контроля подготовленности учащейся молодежи. Ступени физического совершенствования подготовленности студента. Методика множественной регрессии обработки контрольных испытаний. **Должные нормы функционального состояния учащейся молодежи. Плановость и целенаправленность контроля соответствия нормам физической подготовленности студентов. Специализированность и нормирование тренировочных нагрузок.**
РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ СИСТЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ	
Тема 1.	Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания учащейся молодежи.

	Средства физического воспитания с учетом возраста целевого контингента. Физическое воспитание учащейся молодежи с ослабленным здоровьем. Особенности физического воспитания учащейся молодежи в колледже профессионального образования и средних специальных учебных заведений. Особенности профессионально-педагогической деятельности учителя физической культуры. **Формы организации физического воспитания студентов. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях. Возрастные особенности контингента обучающихся в высших учебных заведениях. Приоритетные пути и технологии физического воспитания учащейся молодежи.**
РАЗДЕЛ 3. ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ ОБ УРОВНЕ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ	
Тема 1.	Система учета в тренировке студентов. Единство формы и документации учета и планирования при подготовке учащейся молодежи. Классификация видов учета. Составление дневника физического совершенствования. Решение сложных задач управления подготовкой учащейся молодежью. Осуществления комплексного контроля за процессом физического воспитания. Корректировка и организация исполнения скорректированных программ обучения. Контроль за тренировочными воздействиями. **Обобщение результатов комплексного контроля за** процессом физического воспитания. Составление модели динамики результатов студентов в цикле тренировки. **Измерение и оценка эффективности тренировочной деятельности учащейся молодежи.**
РАЗДЕЛ 4. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВЫБОР ВИДОВ СПОРТА ИЛИ СИСТЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
Тема 1.	Критерии и подходы в диагностике изначальной спортивной предрасположенности. Исходная позиция в выборе спортивной специализации. Особенности начальной тренировочной ориентации. Внешнее выражение и главное содержание целей, реализуемых в процессе индивидуализированной подготовки учащейся молодежи. Тестирование на нахождение спортивной предрасположенности с ее последующей актуализацией. **Постановка долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей. Ключевые аспекты конкретизации долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей. Количественное**

	прогнозирование и моделирование при конкретизации долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель

обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ НОРМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Вопросы для самоподготовки

1. Распространённые виды отклонений в функциональных состояниях студентов высших учебных заведений.
2. Достоинства и недостатки различных методик построения тренировки.
3. Организация этапного педагогического контроля физической подготовленности учащейся молодежи.
4. Основные средства и методы выявления влияния физических нагрузок на организм занимающихся.
5. Составление модели проведения занятия с учетом особенностей физической подготовленности студентов.
6. Основы проведения комплексного контроля образовательного процесса высшего учебного заведения.

7. Определение оптимального объема показателей учащейся молодежи для оценки функционального состояния и уровня подготовленности спортсменов.

8. Стандартизация условий и нормирование процесса подготовки учащейся молодежи.

9. Методологическая разработка аспектов контроля подготовленности учащейся молодежи.

10. Ступени физического совершенствования подготовленности студента.

Методика множественной регрессии обработки контрольных испытаний.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ СИСТЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Вопросы для самоподготовки

1. Специфические черты базовых закономерностей физического воспитания.
2. Принципы физического воспитания.
3. Необходимость сочетания в процессе физического воспитания. Тенденции постепенности и предельности, опережающих и стабилизирующих тенденций.
4. Понятийная конкретизация отправных представлений о физическом воспитании учащейся молодежи.
5. Методологические аспекты физического воспитания.
6. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания учащейся молодежи.
7. Средства физического воспитания с учетом возраста целевого контингента.
8. Физическое воспитание учащейся молодежи с ослабленным здоровьем.
9. Особенности физического воспитания учащейся молодежи в колледже профессионального образования и средних специальных учебных заведений.
10. Особенности профессионально-педагогической деятельности учителя физической культуры.
11. **Формы организации физического воспитания студентов.**
12. **Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях.**

РАЗДЕЛ 3. ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ ОБ УРОВНЕ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Вопросы для самоподготовки

1. Классификация учета: текущий, оперативный и этапный.
2. Дневник студента-спортсмена, основные разделы.
3. Принятие решений и корректировка программы обучения при подготовке учащейся молодежи.
4. Разносторонность и разнообразие техники двигательных действий.
5. Методы анализа тренировочных показателей. Виды отображения динамики тренировочных результатов.
6. Система учета в тренировке студентов.
7. Единство формы и документации учета и планирования при подготовке учащейся молодежи.
8. Классификация видов учета.
9. Составление дневника физического совершенствования.
10. Решение сложных задач управления подготовкой учащейся молодежью.
11. Осуществления комплексного контроля за процессом физического воспитания.
12. Корректировка и организация исполнения скорректированных программ обучения.

13. Контроль за тренировочными воздействиями.

РАЗДЕЛ 4. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВЫБОР ВИДОВ СПОРТА ИЛИ СИСТЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Вопросы для самоподготовки

1. Технология отборочного отсеивания систематической тренировочной деятельности.
2. Исследовательские и организационные аспекты индивидуализации процесса физического воспитания учащейся молодежи.
3. Методики распознавания индивидуальных функциональных предрасположенностей студентов высших учебных заведений.
4. Психодиагностические подходы анализа тренировочной деятельности.
5. Личностно-оценочные подходы анализа тренировочной деятельности.
6. Спортивно-интегративные подходы анализа тренировочной деятельности.
7. Особенности начальной тренировочной ориентации.
8. Внешнее выражение и главное содержание целей, реализуемых в процессе индивидуализированной подготовки учащейся молодежи.
9. Тестирование на нахождение спортивной предрасположенности с ее последующей актуализацией.
10. **Постановка долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей.**
11. **Ключевые аспекты конкретизации долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей.**
12. **Количественное прогнозирование и моделирование при конкретизации долгосрочных тренировочно-оздоровительных целей.**

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая

экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно

доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«Зачтено» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«Не зачтено» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:
- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.

3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.

4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.

5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	10
практические задания	40
из них: текущие практические задания	20
итоговое практическое задание	20
рубежи текущего контроля	30
ИТОГО:	**80**

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся

0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ИГРЫ. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	
Тема 1.1. Характеристика и содержание дисциплины «Баскетбол». Основные тенденции современного баскетбола.	Баскетбол в системе физического воспитания. Методические особенности спортивных игр. Виды баскетбола, новые направления. Баскетбол как учебно-научная дисциплина. Возникновение и развитие баскетбола в разных странах. Баскетбол в программе Олимпийских игр. Развитие баскетбола в нашей стране. Стритбол (история, содержание, развитие).
Тема 1.2. Основные положения и классификация техники игры в нападении. Методика обучения технике игры в нападении.	Характеристика баскетбольной терминологии. Основные понятия техники игры. Техника передвижений в нападении. Ловля мяча на месте и в движении. Передачи двумя и одной руками с места и в движении. Ведение мяча. Классификация ведения и бросков мяча их характеристика и методика обучения. Учебная практика: броски мяча в корзину двумя и одной руками с места и в движении; финты и сочетание приемов; техника овладения мячом.
Тема 1.3. Основные положения и классификация техники игры в защите. Методика обучения технике игры в защите.	Характеристика баскетбольной терминологии. Основные понятия техники игры. Техника передвижений в защите. Отбор мяча на месте и в движении. Перехват мяча двумя и одной руками с места и в движении. Учебная практика: перехват мяча двумя и одной руками с места и в движении.
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТАКТИКИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ	

ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ	
Тема 2.1 Определение основных понятий тактики. Классификация тактики игры. Основные тенденции развития тактики игры в нападении и методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении.	Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Командные тактические действия в нападении. Классификация тактики игры в нападении.
Тема 2.2 Основные тенденции развития тактики игры в защите. Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите.	Индивидуальные и групповые тактические действия в защите. Командные тактические действия в защите. Классификация тактики игры в защите.
РАЗДЕЛ 3. СОРЕВНОВАНИЯ ПО БАСКЕТБОЛУ И УРОК БАСКЕТБОЛА В ШКОЛЕ	
Тема 3.1. Правила игры в баскетбол и методика судейства.	Назначение судейской бригады. Обязанности членов судейской бригады, ведение документации соревнований. Судейство соревнований по баскетболу.
Тема 3.2. Основы проведение урока по баскетболу	Проведение урока по баскетболу для учащихся 5-11 классов
РАЗДЕЛ 4. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ИГРЫ. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ.	
Тема 4.1. Характеристика и содержание дисциплины «Волейбол». История возникновения и основные тенденции современного волейбола.	Волейбол в системе физического воспитания. Методические особенности спортивных игр. Виды волейбола, новые направления. Волейбол как учебно-научная дисциплина. Возникновение и развитие волейбола в разных странах. Волейбол в программе Олимпийских игр. Развитие волейбола в нашей стране. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие).
Тема 4.2. Основные положения и классификация техники волейбола. Методика обучения технике игры в нападении.	Характеристика волейбольной терминологии. Основные понятия техники игры. Методика обучения техническим приемам в волейболе. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча сверху и снизу. Техника выполнения и методика обучения подачам мяча. Техника выполнения и методика обучения нападающему удару.
Тема 4.3. Методика обучения технике игры в защите.	Основные понятия техники игры. Методика обучения техническим приемам в волейболе. Техника выполнения и методика обучения стойкам и перемещениям. Техника выполнения и методика обучения приему мяча сверху и снизу. Техника выполнения и методика обучения приема мяча в падении. Техника выполнения и методика обучения блокированию.
РАЗДЕЛ 5. ОСНОВЫ ТАКТИКИ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ.	

Тема 5.1 Определение основных понятий тактики. Классификация тактики игры. Основные тенденции развития тактики игры в нападении и методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в нападении.	Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Командные тактические действия в нападении. Классификация тактики игры в нападении.
Тема 5.2. Основные тенденции развития тактики игры в защите. Методика обучения индивидуальным, групповым, командным действиям в защите.	Индивидуальные и групповые тактические действия в защите. Командные тактические действия в защите. Классификация тактики игры в защите.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других

видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются

участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ИГРЫ. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1. Баскетбол в системе физического воспитания.
2. Возникновение и развитие баскетбола в разных странах. Виды баскетбола, новые направления.
3. Баскетбол как учебно-научная дисциплина.
4. Баскетбол в программе Олимпийских игр. Развитие баскетбола в нашей стране.
5. Стритбол - история, содержание, развитие игры.
6. Классификация техники нападения. Характеристика атакующих действий.
7. Классификация техники защиты. Характеристика защитных действий.
8. Виды стоек и перемещений баскетболиста, методика обучения.
9. Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
10. Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди – этапы и схема обучения.
11. Техника ловли и передачи мяча одной и двумя руками снизу - этапы и схема обучения.
12. Техника ловли и передачи мяча одной рукой от плеча - этапы и схема обучения.
13. Техника ведения мяча - этапы и схема обучения.
14. Техника броска мяча двумя руками от груди - этапы и схема обучения.
15. Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
16. Техника выбивания и вырывания мяча - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
17. Техника броска одной рукой от плеча - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
18. Техника броска одной рукой сверху в движении - Техника стоек и перемещений в нападении - этапы и схема обучения.
19. Последовательность обучению технического приема. Основные ошибки в обучении и пути их исправления.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТАКТИКИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ

Вопросы для самоподготовки

1. Основное варианты тактики игры в баскетболе.
2. Командные действия в нападении. Характеристика.
3. Индивидуальные действия в защите. Характеристика.

Вариант 2.

1. Схемы нападения.
2. Индивидуальные действия в нападении. Характеристика.
3. Командные действия в защите. Характеристика.

Вариант 3.

1. Групповые действия в нападении. Характеристика.
2. Схемы вбрасывания мяча. Характеристика.
3. Тактические комбинации. Характеристика.

Вариант 4.

1. Тактические приемы с применением заслона.
2. Что такое игровые комбинации. Характеристика.
3. Групповые действия в защите. Характеристика.

РАЗДЕЛ 3. СОРЕВНОВАНИЯ ПО БАСКЕТБОЛУ И УРОК БАСКЕТБОЛА В ШКОЛЕ

Вопросы для самоподготовки

1. Назначение судейской бригады. Обязанности судей.
2. Документация для проведения соревнований. Судейская этика.

Вопросы для самоподготовки:

3. Влияние правил игры на ее развитие.
4. Значение квалифицированного судейства.
5. Травматизм на занятиях, техника безопасности.
6. Задачи урока.
7. Оформление конспекта урока.
8. Подготовительная, основная и заключительная часть.
9. Плотность урока.
10. Особенности организации и проведения уроков по баскетболу в средних и старших классах.
11. Разработка и запись упражнений. Составление конспектов занятий

РАЗДЕЛ 4. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ИГРЫ. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ.

Вопросы для самоподготовки

1. Волейбол в системе физического воспитания.
2. Методические особенности спортивных игр. Виды волейбола, новые направления.
3. Волейбол как учебно-научная дисциплина. Требования к специалисту по волейболу.
4. Возникновение и развитие волейбола в разных странах. Развитие волейбола в нашей стране.
5. Волейбол в программе Олимпийских игр. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие).
6. Характеристика волейбольной терминологии. Классификация техники нападения в волейболе.
7. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в нападении.
8. Анализ техники и методика обучения передачи мяча сверху.
9. Анализ техники и методика обучения передачи мяча снизу.
10. Анализ техники и методика обучения подачи.
11. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.
12. Классификация техники защиты в волейболе.
13. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям волейболистов в защите.
14. Анализ техники и методика обучения приему мяча сверху.
15. Анализ техники и методика обучения приему мяча снизу.
16. Анализ техники и методика приему мяча в падении.
17. Анализ техники и методика обучения блокированию.

РАЗДЕЛ 5. ОСНОВЫ ТАКТИКИ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ.

Вопросы для самоподготовки

1. Методика обучение индивидуальным действиям в нападении.
2. Методика обучение групповым и командным взаимодействиям в нападении.
3. Тактические комбинации в нападении. Методика обучения.
4. Командные действия в нападении. Методика обучения.
5. Тактика игры в нападении. Классификация.
6. Методика обучение индивидуальным действиям в защите.
7. Методика обучение групповым и командным взаимодействиям в защите.
8. Системы игры в защите. Характеристика.
9. Индивидуальные тактические действия при подаче. Методика обучения.

10. Индивидуальные тактические действия при выполнении нападающих ударов. Методика обучения.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по

заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует

рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на

титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность;

используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное

участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) БИОХИМИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При

неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. Обмен веществ и энергии в организме.	
Тема 1.1. Химический состав организма человека. Общие закономерности и регуляция обмена веществ в организме человека.	Химические элементы, молекулы и ионы, входящие в состав организма человека, их содержание и функции. Уровни структурной организации химических соединений живых организмов. Понятие об обмене веществ организма с внешней средой. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь. Амфиболические превращения. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов. Изменение обменных процессов под влиянием факторов внешней среды как основа биохимической адаптации организма к условиям существования. Общие принципы регуляции обмена веществ. Механизмы деятельности важнейших регуляторных систем организма: системы дифференцировки клеток, системы клеточной авторегуляции, эндокринной системы, нервной системы. Взаимосвязь обменных процессов с клеточными структурами.

	Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ. Белковая природа ферментов. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды. Апофермент и кофермент. Каталитические и регуляторные центры ферментов. Специфичность действия ферментов. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов. Биохимические механизмы действия ферментов. Образование ферментных комплексов. Понятие об изоферментах. Общие представления о классификации ферментов.
Тема 1.2. Биокатализ	Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ. Белковая природа ферментов. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды. Апофермент и кофермент. Каталитические и регуляторные центры ферментов. Специфичность действия ферментов. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов. Биохимические механизмы действия ферментов. Образование ферментных комплексов. Понятие об изоферментах. Общие представления о классификации ферментов.
Тема 1.3. Витамины	Витамины, определение понятия. Классификация витаминов. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов. Роль витаминов в образовании коферментов. Биологическая роль и пищевые источники водорастворимых и жирорастворимых витаминов. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе.
Раздел 2. Обмен воды, углеводов, липидов, белков.	
Тема 2.1. Обмен воды и минеральных соединений.	Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ. Депонирование воды. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны. Выделение воды из организма. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма. Жажда. Осмотическая природа истинной жажды. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.

	Ионная регуляция ферментативной активности. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и. функционального состояния. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов. Выделение минеральных соединений с потом и мочой. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.
Тема 2.2. Обмен углеводов, липидов.	Химические превращения углеводов в процессе пищеварения. Гидролиз ди- и полисахаридов. Ферменты, ускоряющие пищеварение углеводов, условия их действия. Механизмы транспорта продуктов пищеварения углеводов через клеточные мембраны, пути их использования в организме. Биосинтез и мобилизация гликогена в печени и других тканях, регуляция этих процессов. Использование углеводов в качестве источника энергии. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз). Начальная активация углеводов в ходе гликолиза, окисление промежуточных продуктов гликолиза и аккумулирование энергии в макроэргических связях, образование и устранение молочной кислоты. Энергетический эффект гликолиза. Аэробная стадия превращений углеводов. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты и образование ацетилкофермента А. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ. Энергетическая эффективность аэробного распада углеводов. Общие представления о пентозном цикле превращений углеводов и анаэробном образовании янтарной кислоты. Использование углеводов в пластических целях. Образование и роль в организме гетерополисахаридов. Общие представления о глюконеогенезе. Превращения липидов в процессе пищеварения. Ступенчатый гидролиз липидов, ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия, конечные продукты пищеварения липидов. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения. Синтез специфических липидов из продуктов пищеварения в клетках кишечной стенки. Транспорт липидов по организму, депонирование липидов. Образование липопротеидов и их роль в организме. Роль печени в обмене липидов. Использование жиров в качестве источника энергии. Мобилизация резервного жира. Липолиз и его регуляция. Транспорт глицерина и жирных кислот. Бета-окисление жирных кислот, образование ацетилкофермента А. Дальнейшие превращения ацетилкофермента А: превращения в цикле трикарбоновых кислот, участие в синтезе кетоновых тел и образовании холестерина. Использование кетоновых тел в качестве источника энергии. Энергетический эффект окисления жиров. Общие представления о синтезе жирных кислот из продуктов углеводного и белкового обмена,

	внутриклеточных превращениях фосфолипидов, гликолипидов, стероидов.
Тема 2.3. Обмен белков и нуклеиновых кислот	Химические превращения белков в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения белков. Превращения непереваренных белков. Понятие о метаболическом фонде аминокислот. Пути использования аминокислот в организме. Внутриклеточный синтез белка. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка. ДНК как хранитель специфической информации о структуре белков. Биохимические основы генетического кода. Роль РНК в процессах считывания и реализации наследственной информации. Активация аминокислот при синтезе белка. Сборка белковых молекул в рибосомах. Возникновение пространственной структуры белковых молекул. Регуляция синтеза белка. Катаболические превращения аминокислот. Реакции переаминирования, дезаминирования, декарбоксилирования. Образование заменимых аминокислот и биологически активных производных аминокислот. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот. Образование аммиака при дезаминировании аминокислот и азотистых оснований. Транспорт аммиака. Орнитиновый цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака. Общие представления об обмене нуклеопротеидов и хромопротеидов. Образование мочевой кислоты. Химический состав мышечной ткани. Содержание воды, белков, липидов, углеводов и минеральных соединений в мышечной ткани. Макроэргические соединения мышц, их концентрация и распределение в мышечном волокне. Важнейшие белки мышц: миозин, актин, тропонин, тропомиозин, миоглобин, белки стромы, ядер, их важнейшие свойства, структурная организация и роль в мышечном волокне. Молекулярное строение миофибрилл. Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Роль ацетилхолина, ионов кальция и модуляторных белков в процессе мышечного сокращения. АТФ-азная активность миозина и ее роль в сократительной деятельности мышц. Взаимодействие актина и миозина в процессе сокращения. Химические реакции при расслаблении мышц. Роль АТФ в двухфазной мышечной деятельности. Связь показателей механической производительности мышц с особенностями их химического состава и строения, особенностями молекулярного строения миофибрилл.
Раздел 3. Морфофункциональное состояние мышечной системы при физических нагрузках	
Тема 3.1. Биохимия мышц и мышечного сокращения.	Химический состав мышечной ткани. Содержание воды, белков, липидов, углеводов и минеральных соединений в мышечной ткани. Макроэргические соединения мышц, их концентрация и распределение в мышечном волокне. Важнейшие белки мышц: миозин, актин, тропонин,

	тропомиозин, миоглобин, белки стромы, ядер, их важнейшие свойства, структурная организация и роль в мышечном волокне. Молекулярное строение миофибрилл. Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Роль ацетилхолина, ионов кальция и модуляторных белков в процессе мышечного сокращения. АТФ-азная активность миозина и ее роль в сократительной деятельности мышц. Взаимодействие актина и миозина в процессе сокращения. Химические реакции при расслаблении мышц. Роль АТФ в двухфазной мышечной деятельности. Связь показателей механической производительности мышц с особенностями их химического состава и строения, особенностями молекулярного строения миофибрилл.
Тема 3.2. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности.	Относительное постоянство концентрации АТФ - необходимое условие сократительной деятельности мышц. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе. Количественные характеристики биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы. Ресинтезкреатинфосфата. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.
Тема 3.3. Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности различного характера	Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.

	Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы: мощности и продолжительности упражнений, продолжительности интервалов отдыха, режима деятельности мышц, количества участвующих в работе мышц. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям. Особенности регуляции обмена веществ при работе в различных условиях. Классификация мышечных упражнений по биохимическим критериям. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности: на уровне «порога анаэробного обмена», на «критической» мощности, на «мощности истощения», на уровне максимальной анаэробной мощности, при выполнении упражнений разных зон относительной мощности.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся

должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их

заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим (семинарским) занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1.

Вопросы для самоподготовки:

1. Химические элементы, молекулы и ионы, входящие в состав организма человека, их содержание и функции.
2. Уровни структурной организации химических соединений живых организмов.
3. Понятие об обмене веществ организма с внешней средой.
4. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций.
5. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь.
6. Амфиболические превращения.
7. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене.
8. Особенности протекания обменных процессов в различных состояниях организма: относительного покоя, активной деятельности, отдыха после работы.
9. Зависимость обмена веществ от возраста, особенностей питания, других факторов.
10. Изменение обменных процессов под влиянием факторов внешней среды как основа биохимической адаптации организма к условиям существования.
11. Общие принципы регуляции обмена веществ.
12. Механизмы деятельности важнейших регуляторных систем организма: системы дифференцировки клеток, системы клеточной авторегуляции, эндокринной системы, нервной системы.
13. Взаимосвязь обменных процессов с клеточными структурами.
14. Гормоны, их строение и механизм действия на клетку.
15. Гормоны гипофиза, надпочечников, щитовидной, поджелудочной и половых желез.
16. Ферменты как биологические катализаторы, их роль в процессах обмена веществ.
17. Белковая природа ферментов.
18. Ферменты - протеины и ферменты - протеиды.
19. Апофермент и кофермент.
20. Каталитические и регуляторные центры ферментов.
21. Специфичность действия ферментов.
22. Свойства ферментов как биокатализаторов: термолабильность, температурный оптимум, влияние активной реакции среды на активность ферментов, активация и ингибирование ферментов.
23. Биохимические механизмы действия ферментов.
24. Образование ферментных комплексов.
25. Понятие об изоферментах.
26. Общие представления о классификации ферментов.
27. Витамины, определение понятия. Классификация витаминов.
28. Важнейшие представители водо- и жирорастворимых витаминов, общие представления об их химическом строении.

29. Биохимические механизмы участия витаминов в обеспечении обменных процессов.
30. Роль витаминов в образовании коферментов.
31. 5 жирорастворимых витаминов.
32. Понятие о гиповитаминозе, авитаминозе и гипервитаминозе

РАЗДЕЛ 2. Обмен воды, углеводов, липидов, белков.

Вопросы для самоподготовки:

1. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме человека.
2. Важнейшие водно-дисперсные системы организма: кровь, лимфа, протоплазма клеток, моча, слюна и др., их химический состав и биологическая роль.
3. Потребность человека в воде и пути ее удовлетворения.
4. Экзогенная вода. Образование эндогенной воды в реакциях обмена веществ.
5. Депонирование воды.
6. Особенности транспорта воды через клеточные мембраны.
7. Выделение воды из организма.
8. Биохимические механизмы регуляции водного баланса организма.
9. Жажда.
10. Осмотическая природа истинной жажды.
11. Минеральные соединения организма человека, и содержание, распределение между отдельными тканями и роль в организме.
12. Ионы, роль ионов в образовании клеточных структур и поддержании пространственной конфигурации молекул биополимеров.
13. Ионная регуляция ферментативной активности.
14. Участие ионов в образовании мембранного потенциала, регуляции осмотического давления и активной реакции жидкостных сред организма.
15. Потребность организма человека в различных минеральных соединениях и ее изменение в зависимости от внешних условий и. функционального состояния.
16. Особенности транспорта минеральных соединений и ионов.
17. Выделение минеральных соединений с потом и мочой.
18. Биохимические механизмы регуляции минерального обмена.
19. Химические превращения углеводов в процессе пищеварения.
20. Гидролиз ди- и полисахаридов.
21. Ферменты, ускоряющие пищеварение углеводов, условия их действия.
22. Механизмы транспорта продуктов пищеварения углеводов через клеточные мембраны, пути их использования в организме.
23. Биосинтез и мобилизация гликогена в печени и других тканях, регуляция этих процессов.
24. Использование углеводов в качестве источника энергии.
25. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз).
26. Начальная активация углеводов в ходе гликолиза, окисление промежуточных продуктов гликолиза и аккумулирование энергии в макроэргических связях, образование и устранение молочной кислоты.
27. Энергетический эффект гликолиза.
28. Аэробная стадия превращений углеводов.
29. Окислительное декарбоксилирование пировиноградной кислоты и образование ацетилкофермента А.
30. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот.
31. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ.

32. Энергетическая эффективность аэробного распада углеводов.
33. Общие представления о пентозном цикле превращений углеводов и анаэробном образовании янтарной кислоты.
34. Использование углеводов в пластических целях.
35. Образование и роль в организме гетерополисахаридов.
36. Общие представления о глюконеогенезе.

37. Превращения липидов в процессе пищеварения.
38. Ступенчатый гидролиз липидов, ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия, конечные продукты пищеварения липидов.
39. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения.
40. Синтез специфических липидов из продуктов пищеварения в клетках кишечной стенки.
41. Транспорт липидов по организму, депонирование липидов.
42. Образование липопротеидов и их роль в организме.
43. Роль печени в обмене липидов.
44. Использование жиров в качестве источника энергии.
45. Мобилизация резервного жира.
46. Липолиз и его регуляция.
47. Транспорт глицерина и жирных кислот.
48. Бета-окисление жирных кислот, образование ацетилкофермента А.
49. Дальнейшие превращения ацетилкофермента А: превращения в цикле трикарбоновых кислот, участие в синтезе кетоновых тел и образовании холестерина.
50. Использование кетоновых тел в качестве источника энергии.
51. Энергетический эффект окисления жиров.
52. Общие представления о синтезе жирных кислот из продуктов углеводного и белкового обмена, внутриклеточных превращениях фосфолипидов, гликолипидов, стероидов.
53. Химические превращения белков в процессе пищеварения.
54. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия.
55. Конечные продукты пищеварения белков. Превращения непереваренных белков.
56. Понятие о метаболическом фонде аминокислот.
57. Пути использования аминокислот в организме.
58. Внутриклеточный синтез белка.
59. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка.
60. ДНК как хранитель специфической информации о структуре белков.
61. Биохимические основы генетического кода.
62. Роль РНК в процессах считывания и реализации наследственной информации.
63. Активация аминокислот при синтезе белка.
64. Сборка белковых молекул в рибосомах.
65. Возникновение пространственной структуры белковых молекул.
66. Регуляция синтеза белка.
67. Катаболические превращения аминокислот.
68. Реакции переаминирования, дезаминирования, декарбоксилирования.
69. Образование заменимых аминокислот и биологически активных производных аминокислот.
70. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот.
71. Образование аммиака при дезаминировании аминокислот и азотистых оснований.
72. Транспорт аммиака.
73. Орнитиновый цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака.

74. Общие представления об обмене нуклеопротеидов и хромопротеидов.
75. Образование мочевой кислоты.

РАЗДЕЛ 3. Морфофункциональное состояние мышечной системы при физических нагрузках

Вопросы для самоподготовки:

1. Содержание воды, белков, липидов, углеводов и минеральных соединений в мышечной ткани.
2. Макроэргические соединения мышц, их концентрация и распределение в мышечном волокне.
3. Важнейшие белки мышц: миозин, актин, тропонин, тропомиозин, миоглобин, белки стромы, ядер, их важнейшие свойства, структурная организация и роль в мышечном волокне.
4. Молекулярное строение миофибрилл.
5. Последовательность химических реакций мышечного сокращения.
6. Роль ацетилхолина, ионов кальция и модуляторных белков в процессе мышечного сокращения.
7. АТФ-азная активность миозина и ее роль в сократительной деятельности мышц.
8. Взаимодействие актина и миозина в процессе сокращения.
9. Химические реакции при расслаблении мышц.
10. Роль АТФ в двухфазной мышечной деятельности.
11. Связь показателей механической производительности мышц с особенностями их химического состава и строения, особенностями молекулярного строения миофибрилл.
12. Относительное постоянство концентрации АТФ - необходимое условие сократительной деятельности мышц.
13. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе.
14. Количественные характеристики биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность.
15. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы.
16. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы.
17. Ресинтез креатинфосфата.
18. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии.
19. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики креатинфосфокиназной реакции.
20. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза.
21. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе.
22. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.
23. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе.
24. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления.
25. Биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики гликолиза и их изменение под влиянием специализированной тренировки.
26. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина.
27. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена.
28. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования.

29. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе.
30. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе.
31. Влияние специализированной тренировки на биохимические факторы, определяющие кинетические характеристики аэробного пути ресинтеза АТФ.
32. Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь.
33. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений.
34. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы: мощности и продолжительности упражнений, продолжительности интервалов отдыха, режима деятельности мышц, количества участвующих в работе мышц.
35. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях.
36. Биохимические особенности мобилизации энергетических субстратов и транспорта кислорода к работающим тканям.
37. Особенности регуляции обмена веществ при работе в различных условиях.
38. Классификация мышечных упражнений по биохимическим критериям.
39. Особенности биохимических изменений в критических условиях мышечной деятельности: на уровне «порога анаэробного обмена», на «критической» мощности, на «мощности истощения», на уровне максимальной анаэробной мощности, при выполнении упражнений разных зон относительной мощности.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Наименование дисциплины (модуля)»* предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и

дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:
   - наименование факультета;
   - тема презентации;
   - фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
   - фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
   - год выполнения работы.
3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

- в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;
- знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- свободное владение терминологией;
- ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы недостаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но недостаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

- текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);
- промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена/дифференцированного зачета и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий

1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Теория и методика детско-юношеского спорта

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по за-

данию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами,

конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Организационные и программно – нормативные основы детско – юношеского спорта

Цели занятия: сформировать понятия о программно – нормативных основах теории и методики детско – юношеского спорта

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.
Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Организационные основы юношеского спорта.

В нашей стране подготовка юных спортсменов осуществляется в общеобразовательных школах, СПТУЗ, в спортивных обществах, в ДЮСШ. Основная подготовка спортивных резервов проводится в ДЮСШ, СДЮСШ ОР, в ШВСМ. Детско-юношеские спортивные школы работают на основе нормативных документов, утвержденных Министерством образования РФ в 1995 году.

Учредителями ДЮСШ могут быть: отделы, управления образования, комитеты по физической культуре, профсоюзные организации, другое юридическое лицо, частное лицо также может стать учредителем ДЮСШ.

Этапы подготовки: физкультурно-оздоровительный, этап начальной подготовки, учебно-тренировочный, этап спортивного совершенствования, этап высшего спортивного мастерства.

Зачисление в ДЮСШ производится на основании заявления, справки о состоянии здоровья, согласия родителей. Зачисление на учебно-тренировочный и другие этапы, где готовят спортсменов старших разрядов, проводится по результатам конкурсного отбора. На различные отделения по видам спорта зачисление в ДЮСШ проводится с 7 до 12 лет.

Основные программно-методические документы, регламентирующие деятельность ДЮСШ: программы по видам спорта, Всероссийская спортивная классификация, правила соревнований.

Формы организации занятий: групповые теоретические и тренировочные занятия, тренировочные занятия по индивидуальным планам (для спортсменов старших разрядов), тренировочные занятия в спортивно-оздоровительном лагере, учебно-тренировочные сборы.

3. Система соревнований юных спортсменов.

Принято считать, что соревнования являются составной частью учебно-тренировочного процесса. Специфика соревновательной деятельности заключается в том, что спортсмен выполняет привычные для него физические упражнения в экстремальных условиях, требующих максимальной мобилизации физических и психологических усилий. В соревнованиях совершенствуется технико-тактическое мастерство спортсмена. Важно отметить, что участие в соревнованиях связано с истощением энергетического и психологического потенциала спортсмена.

Поэтому в плане многолетней подготовки юных спортсменов важное значение имеет определение оптимального количества стартов. Каждый соревновательный старт требует больших энергетических затрат, необходимого времени для восстановления. Поэтому частые соревнования и контрольные прикидки могут оказать отрицательное влияние на состояние подготовленности спортсмена. На этапе начальной спортивной специализации количество соревнований 6-8, а к концу этапа – 10-12 в течение года. На этапе углубленной тренировки в избранном виде спорта для 17-18 летних юношей в беге на средние дистанции рекомендуется 12-15 стартов, для девушек этого возраста – 12-15 стартов в году, в лыжных гонках – 24-30 стартов для юношей и девушек в течение сезона, в волейболе – 45-50 соревнований.

Важное значение для совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов, для повышения тренированности имеют контрольные прикидки. В последнюю неделю перед соревнованиями рекомендуется снизить объем тренировочной нагрузки, несколько повысив при этом интенсивность. При подготовке к ответственным соревнованиям за 2-3 недели перед ними снизить нагрузку. На этапе непосредственной подготовки к основным соревнованиям следует

важное внимание уделить отработке тактических действий спортсменов (индивидуальных и командных).

При подготовке к соревнованиям следует проинформировать спортсменов об условиях предстоящих стартов, об основных соперниках, об уровне подготовленности спортсмена и о его реальных возможностях в предстоящих соревнованиях. Тренер совместно с воспитанниками изучает особенности техники и тактики основных соперников, место предстоящих соревнований. Эти элементы психологической подготовки позволят спортсменам более эффективно реализовать свои возможности в предстоящих соревнованиях.

Особенности реализации принципов подготовки юных спортсменов.

Спортивной тренировке как педагогическому процессу свойственны общепедагогические принципы обучения и воспитания: сознательности, доступности, систематичности, наглядности, индивидуализации. Как специализированному педагогическому процессу, спортивной тренировке присущи специфические принципы: единства общей и специальной физической подготовки, непрерывность тренировочного процесса, цикличность тренировочного процесса, принцип постепенного увеличения нагрузки до максимума.

Принцип единства общей и специальной подготовки предполагает прежде всего развитие и совершенствование у юных спортсменов всесторонней физической подготовки как базовой основы для последующего роста спортивных результатов. При этом удельный вес ОФП в тренировочном процессе начинающих спортсменов занимает 60-70%. С ростом квалификации спортсменов увеличивается удельный вес специальной подготовки и снижается объем ОФП. У спортсменов старших разрядов примерное соотношение СФП и ОФП можно представить как 3:1 (70-75% - СФП, 25-30% - ОФП).

Принцип непрерывности тренировочного процесса следует рассматривать с трех позиций: 1. Тренировочный процесс для юных спортсменов должен быть многолетним и круглогодичным. 2. Воздействие каждого последующего занятия должно как бы наслаиваться на предшествующее. 3. Отдых должен быть достаточным для восстановления работоспособности и повышения ее. При этом следует иметь в виду, что организм юных спортсменов более выраженно, реагирует на нагрузку и требует большего времени для восстановления.

Принцип цикличности тренировочного процесса юных спортсменов следует рассматривать с позиций закономерности утомления и восстановления организма детей. В зависимости от продолжительности временного отрезка, в рамках которого чередуются средства, методы, условия тренировки, различают тренировочные микроциклы (5-7 дней), мезоциклы (1-3 месяца), макроциклы (6-12 месяцев).

Принцип постепенного увеличения нагрузки до предельного уровня означает необходимость полного соответствия объема и интенсивности тренировочной нагрузки функциональным возможностям растущего организма.

Основными программно-методическими документами, регламентирующими деятельность спортивных школ, являются учебные программы по видам спорта, Единая спортивная классификация (ЕСК), правила соревнований по видам спорта. Учебная поурочная программа для спортивных школ – основной документ при планировании учебно-тренировочной и воспитательной работы. Учебный материал программы состоит из теоретического и практического разделов и представлен по группам подготовки: начальной, учебно-тренировочной, спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства. Это позволяет тренерам всех спортивных школ следовать единому направлению в тренировочном процессе в многолетней системе спортивной подготовки. Поурочные программы обеспечивают строгую последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства.

Основными формами учебно-тренировочных занятий в спортивных школах являются: теоретические занятия; просмотр учебных кинофильмов, киноограмм, кинокольцовок; групповые тренировочные занятия; тренировочные занятия по индивидуальным планам; участие в спортивных соревнованиях; занятия в оздоровительно-спортивном лагере и участие в учебно-тренировочном сборе.

Работа спортивных школ планируется в следующих формах: общий годичный план, учебный план отделения, тематический рабочий план учебной группы, план каждого занятия.

С целью соблюдения принципа коллегиальности в спортивных школах под председательством директора создается педагогический совет, в состав которого входят заместители директора, старшие тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты, медицинские работники, представители спортивных организаций. Педагогический совет собирается не реже одного раза в квартал и обсуждает основные вопросы работы спортшколы, опыт подготовки юных спортсменов, итоги деятельности по различным направлениям. Вопросами контроля качества организации и проведения учебно-тренировочного процесса и подготовки спортсменов занимается тренерский совет спортивной школы, в который входят директор, завуч, методист школы, старшие тренеры отделений.

Важное значение имеет объективная оценка качества работы тренеров спортивных школ. Работа тренерско-преподавательского состава спортивных школ оценивается:

1. в группах начальной подготовки – с учетом стабильности состава учебных групп, уровня освоения учащимися программ ДЮСШ (включая выполнение требований по общей физической подготовке), количества выпускников, выступивших по конкурсу на следующий этап подготовки в СДЮШОР или ДЮСШ, с учетом помощи общеобразовательной школе в организации и проведении спортивно-массовой работы;
2. в учебно-тренировочных группах – по стабильности состава групп, выполнению нормативных показателей физической и специальной подготовленности учащихся, результатам, достигнутым в соревнованиях, по подготовке из числа выпускников инструкторов-общественников и судей по спорту;
3. в группах спортивного совершенствования – с учетом выполнения занимающимися программных требований, в том числе по спортивной подготовке, а также количества подготовленных кандидатов в сборные команды страны с учетом занятого ими места в республиканских и международных соревнованиях;
4. в группах высшего спортивного мастерства – с учетом количества подготовленных кандидатов в сборные команды страны (основной и резервный состав), результатов их выступления на республиканских и международных соревнованиях.

Данная система оценки работы тренера позволяет объективно контролировать эффективность его деятельности и в зависимости от этого присваивать ему соответствующую квалификационную категорию.

В отделениях спортивных школ могут создаваться бригады тренеров по так называемой системы «пирамида», которые решают вопросы отбора детей и подростков, организации и проведения многолетнего учебно-тренировочного и воспитательного процесса в соответствии с современными требованиями подготовки спортсменов. При бригадной системе работы тренеры высшей ступени выступают в роли наставников, оказывающих методическую помощь и осуществляющих контроль за процессом подготовки спортсменов.

Тема лекционного занятия: Теория спортивного отбора.

Цели занятия: познакомить студентов с основами спортивного отбора.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Целенаправленная многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса — это сложный процесс, качество которого определяется целым рядом факторов. Один из таких факторов — отбор одаренных детей и подростков, их спортивная ориентация.

Спортивный отбор — это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта).

Спортивный отбор — длительный, многоступенчатый процесс, который может быть эффективным лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки спортсмена обеспечена комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования (педагогических, медико-биологических, психологических, социологических и др.).

Педагогические методы позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства юных спортсменов. На основе *медико-биологических методов* выявляются морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние анализаторных систем организма спортсмена и состояние его здоровья. С помощью *психологических методов* определяются особенности психики спортсмена, оказывающие влияние на решение индивидуальных и коллективных задач в ходе спортивной борьбы, а также оценивается психологическая совместимость спортсменов при решении задач, поставленных перед спортивной командой.

Социологические методы позволяют получить данные о спортивных интересах детей, раскрыть причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям.

Спортивная ориентация — система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта.

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной деятельности.

Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности — задача спортивной ориентации; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта, — задача спортивного отбора.

Большое разнообразие видов спорта расширяет возможность индивида достичь мастерства в одном из видов спортивной деятельности. Слабое проявление свойств личности и качественных особенностей применительно к одному из видов спорта не может рассматриваться как отсутствие спортивных способностей. Мало предпочтительные признаки в одном виде спортивной деятельности могут оказаться благоприятными факторами и обеспечивать высокую результативность в другом виде. В связи с этим прогнозирование спортивных способностей можно осуществлять только применительно к отдельному виду или группе видов, исходя при этом из общих положений, характерных для системы отбора.

Способности — это совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение. В спорте имеют значение как общие способности (обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками и продуктивность в различных видах деятельности), так и специальные способности (необходимые для достижения высоких результатов в конкретной деятельности, виде спорта).

Спортивные способности во многом зависят от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей следует обращать внимание прежде всего на те относительно мало изменчивые признаки, которые обусловливают успешность будущей спортивной деятельности. Поскольку роль наследственно обусловленных признаков максимально раскрывается при предъявлении к организму занимающегося высоких требований, то при оценке деятельности юного спортсмена необходимо ориентироваться на уровень высших достижений.

Наряду с изучением консервативных признаков прогноз спортивных способностей предполагает выявление тех показателей, которые могут существенно изменяться под влиянием тренировки. При этом для повышения степени точности прогноза необходимо принимать во внимание как темпы роста показателей, так и их исходный уровень. В связи с гетерохронностью развития отдельных функций и качественных особенностей имеют место определенные различия в структуре проявления способностей спортсменов в разные возрастные периоды. Особенно отчетливо эти различия наблюдаются у занимающихся в технически сложных видах спорта, в которых высоких спортивных результатов достигают уже в детском и подростковом возрасте и в которых вся подготовка спортсмена, от новичка до мастера спорта международного класса, протекает на фоне сложных процессов формирования юного спортсмена.

Спортивный отбор начинается в детском возрасте и завершается в сборных командах страны для участия в Олимпийских играх. Он осуществляется в четыре этапа.

На первом этапе отбора проводится массовый просмотр контингентов детей 6—10 лет с целью их ориентации на занятия тем или иным видом спорта. В группы начальной подготовки ДЮСШ принимаются дети в соответствии с возрастом, определенным для данного вида спорта. Критериями спортивной ориентации являются рекомендации учителя физической культуры, данные медицинского обследования, антропометрические измерения и их оценка с позиций перспективы.

Спортивная практика свидетельствует о том, что на первом этапе далеко не всегда можно выявить идеальный тип детей, сочетающих морфологические, функциональные и психические качества, необходимые для дальнейшей специализации в определенном виде спорта. Существенные индивидуальные различия в биологическом развитии начинающих значительно затрудняют эту задачу. Поэтому данные, полученные на этом этапе отбора, следует использовать как ориентировочные.

Прогностически значимые признаки, которые необходимо учитывать при массовом отборе юных спортсменов в ДЮСШ, СДЮШОР

Тема лекционного занятия: Организация занятий в режиме жизни юного спортсмена.

Цели занятия: познакомить студентов с организацией занятий в режиме жизни юного спортсмена.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

«Особенности организации режима дня юного спортсмена».

Правильно построенный и систематически выполняемый режим много значит и для укрепления здоровья, и для роста спортивных достижений. Опытные тренеры и спортсмены высоко оценивают роль режима в процессе спортивной деятельности.

Главным в режиме является регулярность. Это значит, что он должен соблюдаться не только в период соревнований, но и в течение всего учебно-тренировочного процесса.

Устанавливая режим, необходимо исходить из индивидуальных особенностей спортсмена, характера и условий его труда и быта, привычек. Не может быть одинакового рецепта для всех спортсменов. Однако независимо от спортивной специализации, периода тренировки, индивидуальных особенностей спортсмена основными положениями режима должны быть следующие:

1. День спортсмена должен начинаться с утренней гимнастики непосредственно после подъема. Упражнения нужно подбирать с таким расчетом, чтобы они подготавливали организм к предстоящей трудовой деятельности, способствовали быстрому переходу от почти полного мышечного бездействия к состоянию готовности выполнять ту или иную физическую работу. В зарядку можно включать и такие упражнения, которые помогают вырабатывать специальные качества и навыки, необходимые спортсмену на данном этапе тренировки. Нужно стремиться проводить зарядку в любую погоду на открытом воздухе, а если это невозможно, в хорошо проветренной комнате, в легкой одежде. Такое сочетание физических упражнений с воздушной ванной - хорошее закаливающее средство.

После зарядки следует провести водные процедуры: принять душ или выкупаться, а в обычных домашних условиях - сделать обтирание или обливание. Затем нужно насухо вытереть кожу грубым полотенцем.

2. В режиме следует предусмотреть меры по уходу за кожей. Помимо утренних водных процедур, этой цели служат теплые души после тренировок, частое (желательно ежедневное) мытье ног, регулярное посещение бани - не реже одного раза в 7 дней.

3. Спортсмен должен принимать пищу примерно в одно и то же время. Это обязательное условие нормальной работы пищеварительных органов, а значит, и общей работоспособности организма.

4. В период интенсивной тренировки продолжительность сна должна быть не менее 10 час: отход ко сну - около 21-22 час, подъем - в 7-8 час. Этого времени достаточно, чтобы ликвидировать дневную усталость и подготовить организм к очередному рабочему дню. Так же необходимо выделять время для дневного сна.

Таковы основные положения, без тщательного соблюдения которых режим не может считаться рациональным.

Тема лекционного занятия: Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов.

Цели занятия: познакомить студентов с планированием, контролем и учетом в процессе тренировки юных спортсменов.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Планирование в физическом воспитании

Планирование физического воспитания – это предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся.

По срокам планирования различают следующие его виды:

– перспективное планирование – это планирование на длительный срок;

– текущее планирование охватывает этапы работы;

– оперативное планирование – осуществляется на ближайшее время.

Планирование спортивной тренировки – это предвидение условий, средств и методов решения тех или иных задач, которые ставятся перед боксерами для достижения предполагаемых спортивных результатов. Правильно спланированный процесс спортивной тренировки помогает тренеру и боксеру определить конкретные задачи по овладению техническими и тактическими навыками, специальными физическими и психическими качествами.

Требования к планированию в физическом воспитании:

– Целевая направленность педагогического процесса.

– Всесторонность планирования задач педагогического процесса.

– Учет закономерностей физического воспитания.

– конкретность планирования.

Методическая последовательность планирования.

1. Сбор сведений о контингенте занимающихся (анкетирование, контрольные испытания, данные врачебно-физкультурного обследования).
2. Определение цели и задач учебно-воспитательного процесса применительно к конкретному контингенту занимающихся и конкретным условиям ведения занятий.
3. Установка нормативов и требований.
4. Определение разделов программы занятий и расчет учебного времени на разработку теоретического и практического содержания программы, ее прохождение.
5. Планирование последовательности прохождения учебного материала.
6. Определение общей организации работы по реализации плана, подбор методов и форм занятий.
7. Сводное текстуально-описательное или табличное оформление плана.

Основными документами планирования в физическом воспитании являются:

учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, расписание занятий, планы-конспекты занятий.

1. Планирование занятий

При разработке годовых планов учебно-тренировочных занятий учебно-тренировочных групп необходимо реализовать следующие основные положения;

- непрерывность и круглогодичность процесса тренировки;
- четкое определение задач и содержания учебно-тренировочных занятий по отдельным периодам и этапам тренировочного года;
- определение для каждой группы занимающихся средств и методов физической, технической, тактической и теоретической подготовки в соответствии с их спортивной квалификацией и задач по росту спортивного мастерства;
- определение содержания и средств морально-волевой и психологической подготовки занимающихся;
- четкая организация воспитательной работы;
- организация врачебного и педагогического контроля;

- определение для каждой группы плана подготовки и участия в календарных соревнованиях года;
- установление уровня тренировочных и соревновательных нагрузок для отдельных групп занимающихся.

Тренер-преподаватель должен вести документы планирования, руководства и контроля за учебно-тренировочным процессом для каждой группы занимающихся: учебный план, программу, рабочий план на определенный период с указанием упражнений и их интенсивности, конспект занятий, расписание занятий, журнал учета посещаемости и содержания занятий, журнал учета спортивных результатов и календарь спортивных мероприятий. Для боксеров высших разрядов составляются индивидуальные планы подготовки, куда входит перспективный план подготовки к ответственным турнирам, периодические и текущие планы.

Учебный план

Учебный план представляет собой основной (исходный) документ, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию, определяется основное направление и продолжительность учебной работы для того или иного контингента занимающихся. Он предусматривает последовательность прохождения материала, содержание основных разделов (темы занятий), количество часов по каждому разделу (табл. 1).

№ пп	Содержание	Количество часов			
		Новички	III разряд	II разряд	I разряд
	Теоретические занятия				
1	Физическая культура и спорт в РФ	2			
2	Краткий обзор развития бокса в РФ и за рубежом	2			
3	Травмы в боксе и их профилактика	2	2		
4	Гигиена, медицинский контроль и самоконтроль в боксе	2		2	
5	Спортивная форма боксера и пути ее достижения		2	2	
6	Стиль и манера ведения боя выдающихся боксеров СССР, РФ, Европы и мира (демонстрация кинофильмов)	2	4	4	4
7	Правила соревнований по боксу	2	2	2	2
8	Средства и методы развития отдельных физических качеств		2	2	2
9	Физиологические основы бокса		2	2	4
10	Психологическая подготовка боксера		2	2	4
11	Тактика в боксе		2	2	4
12	Спортивные снаряды и их назначение	2	2		
13	Обсуждение подготовки к предстоящему бою	2	2	4	4
14	Разбор проведенных боев	2	2	4	6

15	Планирование тренировки				
16	Методика обучения и тренировки новичков и боксеров III разряда				2 4
17	Особенности обучения и тренировки юношей и подростков				2
18	Оборудование и инвентарь для занятий боксом		2		
	Итого	**18**	**16**	**24**	**36**
	Практика проведения учебно-тренировочных занятий боксерами старших разрядов				20
	Практические занятия				
1	Общая физическая подготовка со специальной направленностью	60	80	60	60
2	Развитие отдельных физических качеств, необходимых боксеру: силовой и скоростной выносливости, быстроты, ловкости, координации, точности движений и др. Обучение и совершенствование координации движений в ударах, защитных действиях и передвижении	20	10	10	10
3	Обучение технике и тактике одиночных ударов и защите от них, их практическое применение и совершенствование в бою на дальней дистанции	36	20	14	
4	Техника и тактика боя на дальней дистанции, одиночные прямые и левый боковой (правый боковой при правостороннем боевом положении), удары в голову и туловище в атаках и контратаках. Защита от них подставками с одиночными ответными прямыми ударами в голову и туловище	34	30	20	30

5	Техника и тактика ведения боя на дальней и средней дистанциях. Одиночные боковые удары в голову и туловище в атаках и контратаках. Защиты от них подставками, нырками, уклонами и шагами назад с одиночными ответными контрударами прямыми, боковыми и снизу в голову и туловище	30	30	20	20
6	Техника и тактика ведения боя на средней дистанции. Атака одиночными ударами снизу в голову и туловище. Защита подставками, уходами и накладками с последующей контратакой одиночными ударами: прямыми, боковыми и снизу в голову и туловище	20	30	30	20
7	Атака двумя последующими ударами в разных сочетаниях на дальней и средней дистанциях. Применение усвоенных защит и контратак одиночными и двойными ударами	20	30	30	30
8	Атаки одиночными, двумя и тремя последующими ударами (прямыми, боковыми и снизу в разных сочетаниях). Встречные контратаки одиночными и двумя последующими ударами с применением изученных защит		30	30	30
9	Техника и тактика ведения боя на ближней дистанции. Техника входа и выхода из нее. Боевые положения на маневренность, блокировка действий партнера, короткие удары и защиты от них	20	30	30	40
10	Сложные тактические формы ведения боя на разных дистанциях. Атака с вызовом партнера на контратакующее действие с последующей контратакой и повторным ее развитием. Действия одиночными, двумя и тремя последующими ударами в ответной и встречной форме			36	40

11	Техника и тактика ведения боя с разными по стилю и манере партнерами. Бой с активно наступающим партнером, «нокаутером». Бой с партнером быстрым, контратакующим. Бой с партнером обыгрывающего стиля		18	30	40
12	Техника и тактика ведения боя с партнерами, находящимися в разных боевых позициях (левосторонней и правосторонней)	10	20	20	24
13	Совершенствование спортивного мастерства. Совершенствование элементов техники и тактики, развитие отдельных физических и волевых качеств				40
14	Упражнения на специальных боксерских снарядах	20	30	30	40
	Итого	**270**	**358**	**360**	**444**
	Всего часов	**288**	**384**	**384**	**480**

Учебно-тренировочные занятия в секциях бокса планируются на основе учебного плана и годовых графиков расчета учебных часов: для новичков три раза в неделю по 2 часа; для спортсменов I и II разрядов – четыре раза по 2 часа; для спортсменов I разряда, кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта не менее пяти раз в неделю с выделением специальных занятий по общей физической подготовке со специальной направленностью (в зале и на открытом воздухе).

Учебная программа

Программа составляется на основании учебного плана и определяет объем знаний и навыков, которые должны быть усвоены занимающимися.

В программе раскрыты формы и методы педагогической работы, дается основное содержание учебного материала по теории и практике для определенных контингентов занимающихся (ДЮСШ, ШВСМ, секции и клубов

Весь материал излагается по годам обучения и в определенной методической последовательности. Определяются цели и задачи педагогического процесса (спортивной тренировки); объем знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть занимающийся в планируемый срок занятий, и перечень основных физических упражнений и других средств, обеспечивающих решение поставленных задач; уровень теоретической, общефической и спортивной подготовленности, выраженный в зачетных требованиях и учебных нормативах, который должны достигнуть занимающиеся на каждом году и по окончании обучения.

Программа, как правило, состоит из следующих разделов:

а) пояснительная записка, в которой раскрываются цель и задачи курса физического воспитания, указываются особенности контингента занимающихся, характеризуются методы и формы занятий, даются указания оп планированию и учету и др.;

б) учебный материал по теоретическому и практическим разделам, зачетные требования и нормативы по освоении двигательных действий и развитию физических качеств;

в) учебные нормы и требования;

г) приложение, в котором приводится список рекомендуемой литературы, образцы планов, заявок, типовой табель спортивного инвентаря и оборудования, необходимого для обеспечения занятий, примерные карты физической подготовленности и развития учащихся и др.

Программа – это документ, все требования которого являются обязательными для выполнения (допускаются уточнения тех или иных задач и средств их выполнения в зависимости от условий работы).

План-график учебного процесса

План-график учебного процесса определяет наиболее целесообразность прохождения материала теоретического и практического разделов учебной программы по месяцам и неделям на протяжении годичного цикла спортивной подготовки. В плане-графике также указывается количество отведенных часов на каждый раздел и распределение временных затрат на прохождение материалов разделов по неделям в течении года. Главным в определении рациональной последовательности прохождения учебного материала программы являются педагогические закономерности процесса физического воспитания.

Программный материал распределяется по учебным неделям в порядке постепенного нарастания требований к занимающимися как по сложности техники выполнения упражнений, так и по физической нагрузке.

Рабочий план

Рабочий план составляют на основе учебного плана и программы. Он может быть тематическим (материал излагается по темам, которые могут быть включены в несколько занятий в методической последовательности) и поурочным. Рабочий план составляют на полгода, три или один месяц (в зависимости от условий занятий и календаря соревнований). В рабочем плане указывается тема, содержание материала (перечень упражнений), объем тренировочных нагрузок. Наиболее часто поурочный рабочий план составляют в виде плана-графика (таблица 2).

Примерная схема тематического рабочего плана

Количество занятий	Тема	Упражнения	Время мин
10	Изучение и совершенствование прямого удара левой в голову, защиты от него руками и шагами назад и в стороны и контрудары прямыми левой в голову	1. Техника выполнения ударов и защит	60
		2. Прямые удары и защиты подставками правой открытой ладони	80
		3. Прямой удар левой в голову и защита шагом назад	60
		4. Прямой удар и защита отбивом вправо и влево	80
		5. Прямой удар, защита открытой ладонью и ответ прямым левой в голову	80
		6. Прямой левой, защита шагом назад и с шагом вперед контрудар левой в голову	80
		7. Прямой левой, защита отбивом правой вправо или влево и контрудар левой в голову	80
		8. Условный бой	60
		9. Упражнения в ударах по мешку	60
		10. Упражнения в ударах по груше	60
		11. Упражнения в ударах по лапам	40
		12. Упражнения со скакалкой	30
		13. Упражнения по общей физической подготовке	80
		14. Упражнения по специальной физической подготовке	80

	15. Разбор проведенных занятий	20

На определенный период подготовки (от месяца до трех в зависимости от календаря соревнований) составляется план-график тренировки учебной группы, в котором указываются все виды упражнений на этот период времени, показана ориентировочная кривая интенсивности нагрузки на каждое занятие.

Специализированные упражнения в ударах поданы в раундах, расстояния – в метрах, общие специализированные упражнения – в минутах, силовые упражнения с отягощениями – в килограммах.

Конспект занятий

На основании рабочего плана тренер составляет конспект на каждое занятие (табл. 4). В конспекте он перечисляет упражнения, излагает их направленность как средства для решения задач, раскрывает методические приемы, строго регламентирует время. Конспект составляется с учетом результатов предыдущих занятий, условий, в которых будет проведено занятие.

Конспекты на каждое занятие свидетельствуют о качественной подготовке тренера-преподавателя к проведению занятий.

Расписание занятий

Расписание определяет дни, часы и место проведения занятий (табл. 5). Кроме того, в нем указывается преподаватель, проводящий занятия. Расписание является важным организационным началом в работе учебной группы по боксу, и при его составлении необходимо учитывать характер обучения занимающихся в общеобразовательной школе.

Расписание должно быть стабильным: составлено на продолжительный срок и не подвергаться частым изменениям.

Большое значение в планировании подготовки боксеров имеет календарный план соревнований (таблица 3.)

Примерная форма плана спортивных мероприятий

№ пп.	Наименование мероприятий	Дата проведения	Место проведения	Кто допускается к участию	Ответственный за проведение

Соревнования по боксу являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса. Они завершают тренировочный период и являются своеобразным отчетом юных спортсменов, тренеров-преподавателей за проделанную работу.

При составлении плана спортивных мероприятий (календаря соревнований) в основу берутся планы вышестоящих спортивных организаций, чтобы избежать проведения соревнований в одно и то же время или с малым промежутком времени между ними. В соревнованиях спортсмены выступают согласно своей квалификации.

Учет в тренировке юных спортсменов

Осуществляя физическое воспитание, необходимо систематически проверять, оценивать и учитывать состояние здоровья занимающихся, уровень их физического развития, результаты спортивной деятельности, прилежание, поведение. К учету предъявляется ряд требований: своевременность, объективность, точность и достоверность, полнота и наглядность. В учебно-тренировочном процессе применяются следующие виды учета: предварительный (до начала ор-

ганизации педагогического процесса), текущий (непрерывный в процессе работы, от занятия к занятию) и итоговый (по завершению периода работы, учебного года).

В содержание текущего учета входит регистрация: посещаемость занятий; пройденного материала и выполнение объема и интенсивности нагрузок; выполнения учебных требований и норм; данных об оценках знаний, умений и навыков; сведений о состоянии здоровья занимающихся.

Основным документом учета служит журнал учета учебной работы группы.

Эти данные подвергаются систематическому анализу, творческому осмыслению и обобщению и должны использоваться в будущей работе. Именно на такой основе внедрения нового возможны постоянное улучшение качества учебного процесса, обогащение его средств и рационализация методики.

Таблица 4. Примерная форма учета спортивных результатов

Дата соревнований	Характер и масштаб соревнований	Кол-во участников в этой весовой категории	Противники, их квалификация и спортивные результаты	Характер выигрыша или проигрыша	Замечания по проведенному бою

Контрольные нормативы по общей физической подготовке

Процесс повышения уровня физической подготовки и развития физических качеств немыслим без систематического педагогического контроля.

Действенным средством контроля является выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке.

Контрольные упражнения по технической подготовке

Контрольные технические нормативы устанавливаются в соответствии с характеристикой боксера: какими ударами и защитами он предпочитает пользоваться, какие приемы удаются ему лучше других; что успешнее у него получается – атака или контратака, бой на дальней, средней или ближней дистанциях, одиночные, двойные или серия ударов. Одним из показателей уровня спортивной подготовленности является результат соревнований.

Группы новичков.

1. Передвижение в боевой стойке одиночными и слитыми шагами в различных направлениях (без партнера).
2. Передвижение перед партнером на дальней дистанции для определения боевого расстояния, с которого можно нанести удар с шагом вперед, назад и в стороны.
3. Атака и контратака одиночными, двойными ударами и защитные действия (приемы) на дальней дистанции.
4. Упражнения в ударах на снарядах.

Группы боксеров III разряда.

1. Передвижение перед партнером в собранной боевой стойке на средней дистанции для определения расстояния, с которого можно нанести удар без шага.
2. Различные сочетания ударов и защит на средней и ближней дистанциях, умение контратаковать.
3. Вход в среднюю и ближнюю дистанции.
4. Приемы боя против левши на дальней и средней дистанциях.
5. Упражнения в ударах на боксерских снарядах.

Группы боксеров II и I разрядов.

1. Приемы и способы боя во всех дистанциях, их тактические применения.
2. Маневренность и передвижение по рингу, умение атаковать и контратаковать в различных ситуациях боя.
3. Ведение боя с боксерами, отличающимися той или иной направленностью своей манеры и тактики.

При планировании тренировки следует учитывать данные педагогического контроля за состоянием и поведением спортсмена в процессе занятий.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Организационные и программно – нормативные основы детско – юношеского спорта

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.1.

1. Этапы многолетней спортивной подготовки.
2. Нормативно – правового регулирования деятельности учреждений дополнительного образования физкультурно – спортивной направленности.
3. Уровни развития способностей спортсменов в различных видах спорта.
4. Нравственное, умственное, эстетическое и трудовое воспитание в процессе занятий спортом.
5. Методы спортивной тренировки в детско – юношеском спорте.
6. Планирование учебно – тренировочной работы на различных этапах спортивной подготовки.
7. Основные специфические понятия теории детско – юношеского спорта.
8. Сенситивные периоды развития физических качеств человека.
9. Особенности развития двигательных возможностей юных спортсменов различных видов спорта.
10. Воспитательная деятельность тренера по избранному виду спорта.
11. Формирование у детей потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.
12. Методика организации спортивно-игровой тренировки.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Теория спортивного отбора

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.2.

1. Индивидуальные способности и выбор занятий спортом.
2. Психофизиологические предпосылки развития спортивных способностей.
3. Понятия: «спортивная ориентация» и «спортивный отбор» (способности, одаренность, талант).
4. Тестирование и оценка компонентов спортивных способностей.
5. Спортивный отбор на различных этапах подготовки спортсменов.
6. Контроль в спорте.
7. Виды педагогического контроля и их характеристика

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Организация занятий в режиме жизни юного спортсмена.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.1.

1. Закономерности, правила и принципы обучения в системе спортивной подготовки.
2. Влияние соматических особенностей индивида на проявление спортивных способностей.
3. Цели, задачи психологической регуляции в процессе спортивной подготовки.
4. Режим дня юного спортсмена.
5. Использование естественных сил природы в подготовке юного спортсмена.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.2.

1. Дневник самонаблюдений как один из видов контроля.
2. Педагогическое наблюдение как метод оперативного контроля в процессе спортивной подготовки.
3. Методические правила, используемые для проведения педагогического наблюдения.
4. Виды и программа педагогических наблюдений.
5. Формы и методика проведения тестирования спортивной подготовленности.
6. Требования, предъявляемые к разработке и использованию тестов.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Основы теории и методики детско – юношеского спорта. Тема 1.1. Организационные и программно – нормативные основы детско – юношеского спорта	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.2. Теория спортивного отбора	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
РАЗДЕЛ 2. Социализация процесса подготовки юных спортсменов Тема 2.1. Организация занятий в режиме жизни юного спортсмена.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1. Основы организации в работе с детьми и подростками.
2. Программные требования в спортивной школе.
3. Особенности воспитания развивающейся личности в спорте.
4. Определяющие задатки у детей.
5. Основы развития физических способностей.
6. Спортивный отбор в ДЮСШ.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Режим тренировок.
2. Режим дня.
3. Контроль и самоконтроль юного спортсмена.
4. Виды планирования.
5. Виды контроля.
6. Условия подготовки юного спортсмена.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Основы теории и методики детско – юношеского спорта.

Тема 1.1. Организационные и программно – нормативные основы детско – юношеского спорта

1. Основные организационные формы подготовки юных спортсменов в нашей стране. Задачи спортивных школ различных типов. Основные программно-методические документы регламентирующие деятельность спортивных школ.

Основная цель ДЮСШ:

1) привлечение детей и юношей к систематическим занятиям спортом;

2) выявление способностей детей к определенному виду спорта;

3) воспитание физических, морально-волевых качеств.

Основными задачами школы являются:

1) получение обучающимися знаний по теории, методике, правилам вида спорта, основ знаний в области гигиены и физиологии, техники безопасности;

2) повышение уровня спортивного мастерства;

3) обеспечение выполнения я обучающихся ДЮСШ в спортивных мероприятиях. обучающимися нормативных требований (тестов) в избранном виде спорта в соответствии с возрастной группой;

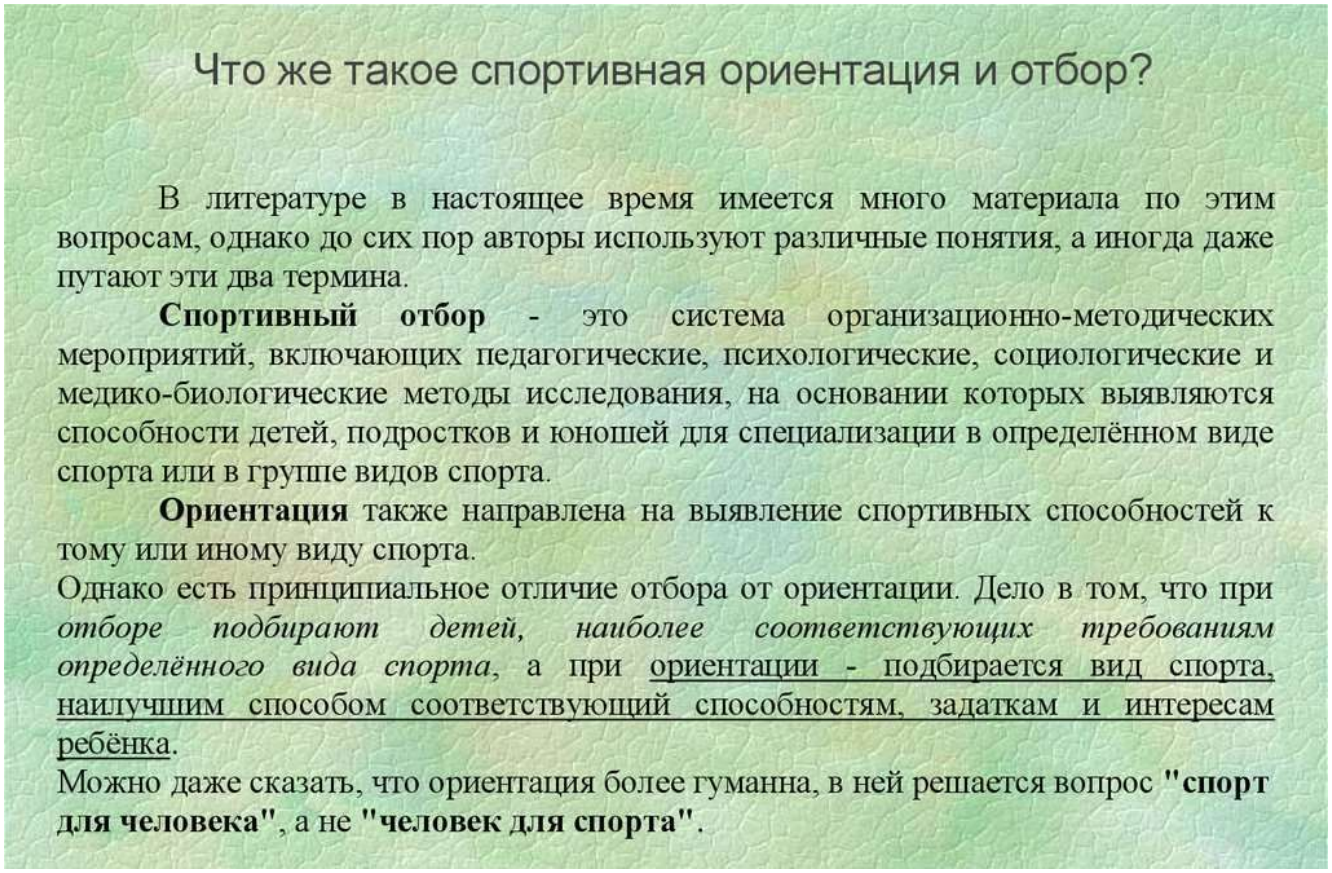
4) подготовка кандидатов в сборные команды района, города, области, республики по видам спорта;

5) обеспечение подготовки и участия обучающихся ДЮСШ в спортивных мероприятиях.



Тема 1.2. Теория спортивного отбора**.**



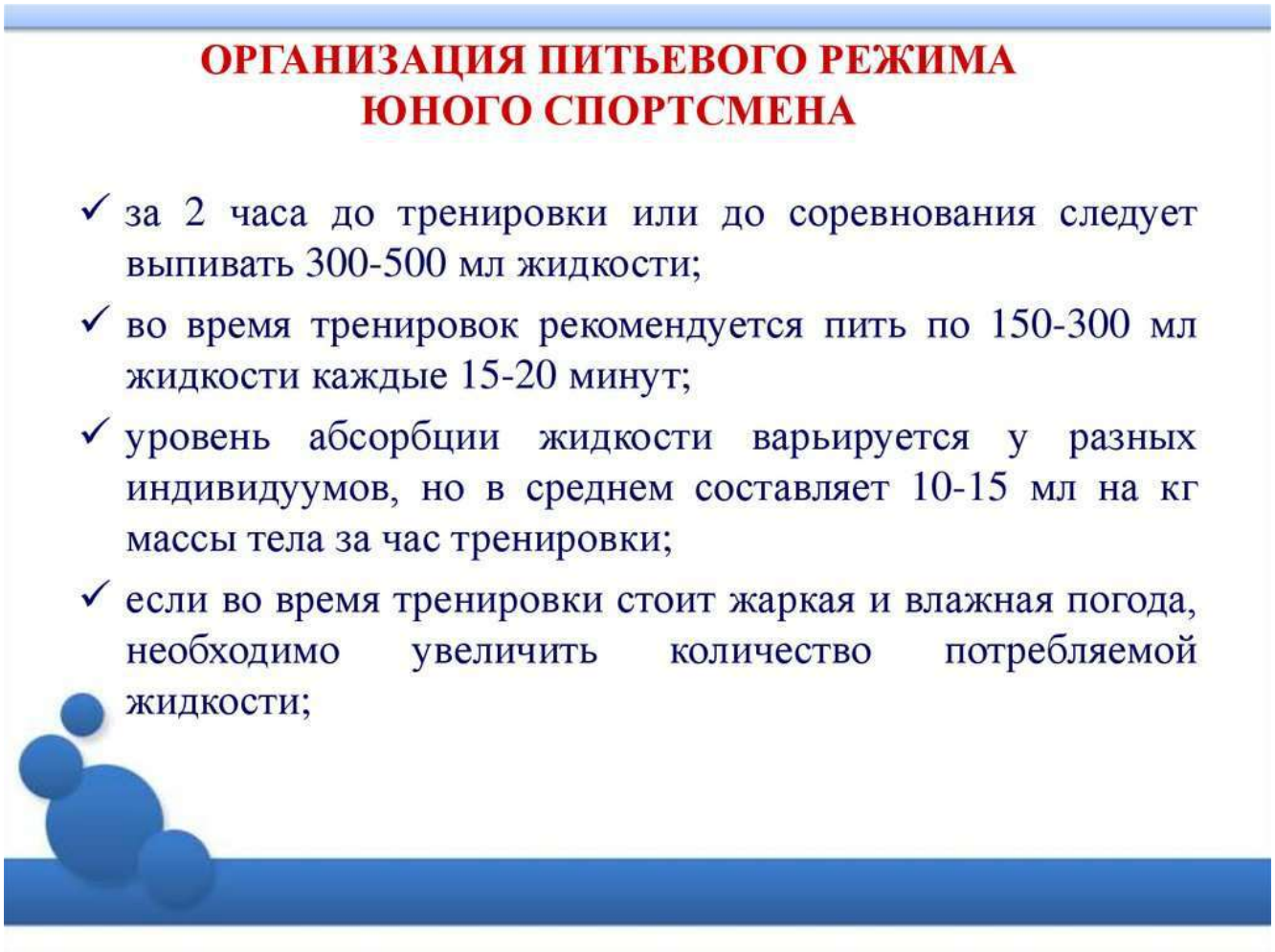


РАЗДЕЛ 2. Социализация процесса подготовки юных спортсменов.

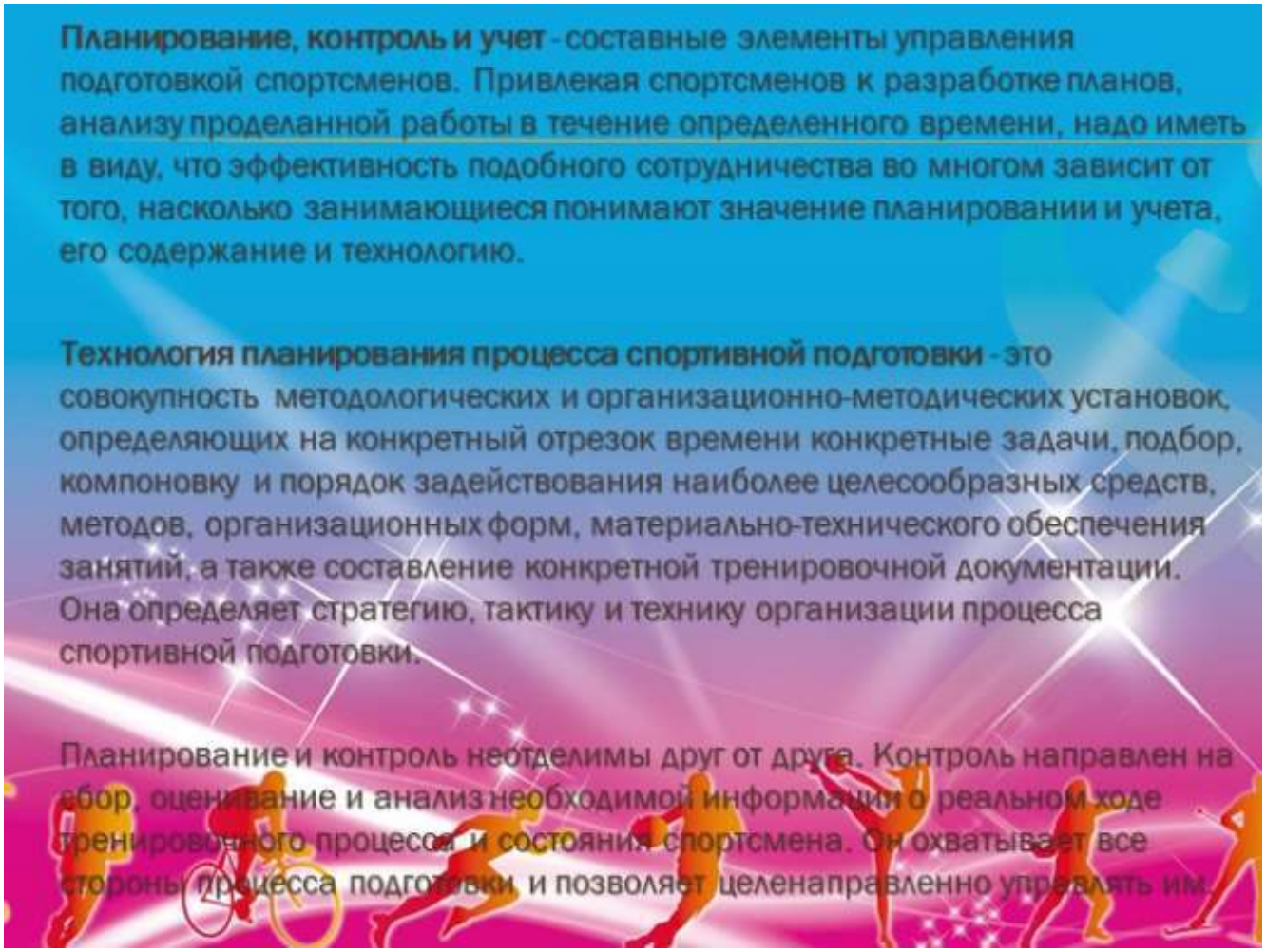
Тема 2.1. Организация занятий в режиме жизни юного спортсмена.

Примерный распорядок дня юного спортсмена при обучении в специализированном классе

Вид деятельности	Время
Подъем	7.30
Зарядка, закаливающие процедуры (обтирание, душ), туалет, уборка постели	7.30—8.10
Первый завтрак	8.10—8.30
Дорога в СДЮСШ (прогулка)	8.30—9.00
Утреннее занятие в СДЮСШ	9.00—10.30
Второй завтрак в школе	10.30—11.00
Учебные занятия в школе	11.00—15.30
Обед (в школе)	15.30—16.00
Приготовление уроков и внеклассная работа (в школе)	16.00—18.00
Вечернее занятие в СДЮСШ	18.00—19.30
Дорога домой (прогулка)	19.30—20.00
Ужин	20.00—20.20
Помощь родителям (уборка квартиры, мытье посуды и др.)	20.20—20.50
Свободное время (чтение литературы, просмотр телепередач и др.)	20.50—21.50
Подготовка ко сну (проветривание помещений, вечерний туалет, приготовление постели)	21.50—22.00
Сон	22.00—7.30



Тема 2.2. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки юных спортсменов.


Планирование, контроль и учет - составные элементы управления подготовкой спортсменов. Привлекая спортсменов к разработке планов, анализу проделанной работы в течение определенного времени, надо иметь в виду, что эффективность подобного сотрудничества во многом зависит от того, насколько занимающиеся понимают значение планировании и учета, его содержание и технологию.
Технология планирования процесса спортивной подготовки - это совокупность методологических и организационно-методических установок, определяющих на конкретный отрезок времени конкретные задачи, подбор, компоновку и порядок задействования наиболее целесообразных средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, а также составление конкретной тренировочной документации. Она определяет стратегию, тактику и технику организации процесса спортивной подготовки.
Планирование и контроль неотделимы друг от друга. Контроль направлен на сбор, оценивание и анализ необходимой информации о реальном ходе тренировочного процесса и состояния спортсмена. Он охватывает все стороны процесса подготовки и позволяет целенаправленно управлять им.


Под планированием подразумевают, прежде всего, процесс разработки системы планов, рассчитанных на различные промежутки времени, в рамках которых должен быть реализован комплекс взаимосвязанных целей, задач и содержание спортивной тренировки. Предметом планирования в процессе подготовки спортсменов являются цели, задачи, средства и методы тренировки, величина тренировочных и соревновательных нагрузок, внутренние сдвиги в организме спортсменов под влиянием нагрузок (тренировочный эффект), количество учебно-тренировочных занятий и дней отдыха, системы восстановительных мероприятий, контрольные нормативы, воспитательные мероприятия, условия тренировки и др. Предметом планирования тренировочно-соревновательного процесса являются его содержание, формы и результаты, намечаемые на основе объективных закономерностей развития спортивных достижений и направленного формирования личности спортсмена. Определяются цели и задачи на различные периоды тренировочного процесса. На основе анализа динамики нагрузки за предыдущий год (или годы) устанавливают величину тренировочной нагрузки, ее объем и интенсивность. Определяются средства, методы, контрольные нормативы и другие показатели.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ И ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметных и межпредметных связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Тема 1.1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры, как предмета и научной дисциплины. Содержание образования в сфере физической культуры и спорта.	Предмет педагогики физической культуры. Истоки происхождения «педагогики» в сфере физической культуры и этапы ее развития. Педагогика физической культуры как наука. Возникновение отечественной и зарубежной педагогики физической культуры. Современные течения в педагогической науке. Категории педагогики. Система педагогических наук. Общекультурное значение педагогики физической культуры. Профессиональная деятельность и личность педагога физической культуры. Общая и профессиональная культура педагога физической культуры. Дидактические основы педагогики физической культуры.
Тема 1.2. Физическая культура и спорт как факторы социализации личности	Закономерности развития человека. Общая характеристика развития. Условия и факторы развития человека. Влияние наследственности и среды. Возрастные особенности (развитие и воспитание). Гендерные особенности развития. Факторы, влияющие на развитие человека: внутренние и внешние. Направленное формирование личности в процессе образования в области физической культуры.
РАЗДЕЛ 2. МЕТОДЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СИСТЕМЫ	
Тема 2.1. Методы педагогического исследования в	Методология исследования. Закономерности и законы в педагогике. Традиционные методы исследования.

сфере физической культуры и спорта.	Педагогический эксперимент. Тестирование в педагогике. Изучение групповых процессов. Количественные методы. Методы научного исследования: наблюдение (непосредственное, опосредованное, открытое, скрытое, непрерывное) педагогический эксперимент (естественный и лабораторный; констатирующий и формирующий), опрос..
Тема 2.2. Педагогический процесс, педагогические системы. Методы и формы обучения.	Педагогический процесс как функционирующая педагогическая система. Этапы педагогического процесса. Педагогические инновации. Педагогические технологии реализации процесса обучения. В состав любой педагогической системы входят компоненты: педагог, учащийся, содержание образования, формы организации педагогического процесса, методы (обучения и воспитания), средства педагогического процесса, цель и результат. Составляющие, педагогического процесса: взаимосвязанные между собой обучение и воспитание. Классификация методов обучения. Функции методов: презентативная, корректирующая. Выбор методов в зависимости от учебной цели. Методы, типы и приемы обучения. Типы и структуры уроков. Вспомогательные и нетрадиционные формы обучения
РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС	
Тема 3.1. Сущность и содержание воспитательного процесса. Принципы, методы и формы воспитания.	Воспитательный процесс и как он происходит. Структура воспитательного процесса. Цели и задачи, условия и факторы воспитания. Методы, типы и приемы воспитания. Содержание процесса воспитания. Самовоспитание. Характерные особенности воспитания, его основные функции. Взаимосвязь общечеловеческих и национальных начал в воспитании. Особенности воспитания обучаемых различных возрастных групп. Особенности подросткового возраста. Учет индивидуальных особенностей.
Тема 3.2. Спортивный коллектив как объект и субъект воспитания	Современные технологии воспитания. Классификация технологий. Воспитание в коллективе. Коллектив и личность. Развитие личности зависит от развития коллектива, структуры деловых и межличностных отношений. Активность воспитанников, уровень их физического и умственного развития имеет обратную силу действия. Первые теории о коллективе (Щацский, Крупская, Макаренко). Теория коллектива, признаки коллектива (А.

	Макаренко). Семейное воспитание. Технология свободного воспитания. Западные модели.
Тема 3.3. Воспитание у учащихся стремления к самосовершенствованию	Личность учащегося в педагогическом процессе. Образовательная система и развитие личности. Социальная зрелость личности. Мотивация обучаемых. Потребности и стимулы. Виды самосовершенствования: нравственное; интеллектуальное; физическое. Этапы формирования стремления к самосовершенствованию. Уровни самооценки. Возрастные особенности формирования стремления к самосовершенствованию. Факторы, от которых зависит адекватность самооценки. Этапы и методы самовоспитания. Приемы самовоспитания. Разработка программы и личных правил самовоспитания. Типичные ошибки самовоспитания.
Тема 3.4. Педагог как субъект педагогического процесса	Сущность и структура педагогической деятельности. Педагогическое общение. Стили педагогического руководства. Понятие «педагогическое мастерство». Объективные и субъективные стороны педагогического мастерства. Психолого-педагогические принципы построения авторитета тренера. Профессионализм личности тренера. Результативность педагогической деятельности. Индивидуально-психологические факторы педагогического профессионализма. Профессиональное самосознание тренера. Структура и уровни педагогических способностей. Педагогические и другие специальные способности. Профессионально-педагогическая компетентность, ее виды: специально-педагогическая, методическая, социально-педагогическая, дифференциально-психологическая, аутопсихологическая. Педагогическая интуиция и предвидение. Творческий характер педагогической деятельности. Организаторская деятельность тренера, ее компоненты: целевой, стимулирующе-мотивационный, содержательный, контрольно-регулирующий, оценочно-результативный.
РАЗДЕЛ 4. ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ПЕДАГОГИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
Тема 4.1. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом.	Характеристика спортивного коллектива, его основные функции. Особенности спортивного коллектива. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом. Особенности целеориентирования в спортивном коллективе: индивидуальные спортивные цели,

	общеколлективные. Концепция ценностного обмена. Влияние групп разного уровня развития на поведение личности и межличностные отношения. Проблема социальной и спортивной адаптации в группе. Формирование коммуникативно целесообразных взаимоотношений молодых спортсменов и ветеранов в спортивных командах. Проблема лидерства в спорте. Взаимодействие тренера с лидерами спортивных групп и команд. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива. Этапы развития детского спортивного коллектива. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта. Особенности педагогического руководства. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
Тема 4.2. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения	Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности. Андрагогическая деятельность в области ветеранского спорта, ее специфика и особенности. Физическая культура и спорт как альтернатива социально неблагоприятны факторам воздействия на молодое поколение: различие в менталитете, социальном статусе. Особенности воспитания детей с учетом этнокультурного компонента. Модель эффективного педагогического взаимодействия с одаренными детьми в физкультурно-спортивной деятельности. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня (детские дома, интернаты, спецшколы). Особенности работы спортивного педагога в качестве персонального тренера

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение

извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов о них.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности воспитания современного человека.
2. Воспитание в коллективе. Коллектив и личность**.**
3. Профессиональная компетентность педагога. Основные уровни и показатели.
4. Мотивация детей к занятиям физической культурой.
5. Активизация учебного процесса. Как сделать обучение интересным и доступным.
6. Педагогические принципы работы с одаренными детьми в системе воспитания и обучения.
7. Дистанционное обучение в вузе.
8. Использование компьютера в учебно-воспитательном процессе.
9. Педагогическая работа с детьми с отклонениями в развитии.
10. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.
11. Влияние наследственности и среды.
12. Основные философские течения, на основе которых развивалась педагогика.
13. Классификация методологических подходов в педагогике.
14. Методы педагогических исследований.
15. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СИСТЕМЫ

Вопросы для самоподготовки:

1. Педагогическая работа с детьми с отклонениями в развитии.
2. Основные положения педагогики А.С. Макаренко.
3. Мария Монтессори и ее система.
4. «Трудные» подростки и неформальные группы общения.
5. Методы обучения. Классификация методов активного обучения.
6. Кодекс тренера.
7. Кодекс педагога.
8. Кодекс учителя физической культуры.
9. Спортивный кодекс.
10. Кодекс спортивного судьи.
11. Педагогический анализ урока.
12. Тестирование в педагогике.
13. Методы исследования.

14. Классификация методов обучения.
Вспомогательные и нетрадиционные формы обучения.

РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности воспитания мальчиков и девочек в семье.
2. Понятие «дидактика» и ее основы.
3. Понятия «одаренность» и «гениальность».
4. Гендерные особенности развития и их учет в педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту.
5. Игра как ведущая деятельность ребенка дошкольного возраста.
6. Социальное воспитание в процессе становления личности.
7. Типологические характеристики личности студента и преподавателя.
8. Системы образования в России.
9. Зарождение и развитие педагогической науки в России.
10. Педагогика в системе знаний о человеке.
11. Использование компьютерных технологий в процессе воспитания и обучения современной молодежи.
12. Умственное, эстетическое, физическое воспитание.
13. Закономерности, принципы и средства воспитания.
14. Общие методы воспитания.
15. Нравственное и трудовое воспитание.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ПЕДАГОГИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Вопросы для самоподготовки:

1. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения.
2. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченные возможности.
3. Особенности воспитания детей с учетом этнокультурного компонента.
4. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
5. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.
6. Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
7. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
8. Нормативные документы, отражающие содержание физкультурного образования.
9. Спецификафизкультурно-спортивнойработысдетьмиразличногосоциальногоуровня.
10. Особенности и воспитательные возможности спортивного коллектива.
11. Педагоги-новаторы в спорте.
12. Педагоги физической культуры - новаторы.
13. Спецификавоспитательнойработысвысококвалифицированнымиспортсменами.
14. Принципы организации детского спортивного коллектива.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Разработка основных и дополнительных образовательных программ» предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций,

семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т. п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата.

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14,

через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата.

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе.

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада.

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация.

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации.

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу.

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса.

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания.

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы недостаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но недостаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить

основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*

рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**

19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена и введена в действие на заседании кафедры современной педагогики, непрерывного образования и профессиональных треков на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - уровень магистратура по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121	Протокол заседания кафедры № 7 от «28» марта 2023 года	01.09.2023
2.	Методические материалы актуализированы	Протокол заседания кафедры №11 от «20» февраля 2024 года	01.09.2024

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОНИТОРИНГ»	
Тема 1.1. Содержание спортивно-оздоровительного мониторинга и нормативные основания оценки физической подготовленности	Понятие «мониторинг». Физическая работоспособность, физическое развитие. Тестовые методики, используемые в педагогической практике в общеобразовательной школе. Школьная программа по физическому воспитанию. Оценка выносливости как потенциал здоровья человека. Тесты, используемые в мониторинге физического состояния населения. Объективность тестов. Требования надежности тестов. Валидность тестов. Требования переемственности тестов в различных возрастах (дошкольное, школьное, вузовское образование).
Тема 1.2. Средства информационного обеспечения проведения мониторинга состояния здоровья и физической подготовленности	Средства информационного обеспечения спортивно-оздоровительного мониторинга. Средства как орудие обеспечения какой-либо деятельности. Компьютерная программа как средство обеспечения мониторинга (база данных, таблично-графические материалы, информация о индивидуальных отклонениях в физическом развитии и здоровье. Содержательная и экспертная база. Предназначение получаемой информации. «Паспорт здоровья». Анализ результатов тестирования. Субъекты процесса спортивной тренировки или физического воспитания (тренер, врач, спортсмен; учащиеся, родители, учителя физической культуры, директора школ, медицинский персонал). Информация для управления образованием.
РАЗДЕЛ 2. МЕТОДЫ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ, ТЕХНОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ МОНИТОРИНГА	

Тема 2.1. Методы математической обработки полученной информации в процессе мониторинга.	Математическая статистика. Применение технических средств ЭВМ и компьютерных технологий в оперативном, текущем и этапном контроле физического состояния. Методика тестирования. Оценочные шкалы для тестовых методик при проведении мониторинга. Наблюдение, оценка и прогноз.
Тема 2.2. Технология проведения мониторинга состояния физической подготовленности.	Организация и проведение тестирования. Содержание методик тестирования. Нормы сопоставительные, индивидуальные, должные. Отслеживание изменений показателей в начале и в конце года (или этапа). Создание базы данных о физической подготовленности. Разработка рекомендаций.
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ КОНТРОЛЯ И ВИДЫ МОНИТОРИНГА	
Тема 3.1. Организация контроля в сфере физического воспитания и спорте	Врачебный контроль: биометрический, клинический, функциональный. Тестовые методики. Педагогический контроль: физическая подготовленность, контроль режима физических нагрузок, технико-тактическое мастерство. Организация тестирования. Психологический контроль. Контроль психоэмоционального состояния, психофункциональное состояние. Тесты и опросники. Понятие самоконтроля.
Тема 3.2. Виды мониторинга: долгосрочный мониторинг, циклический мониторинг и текущий мониторинг	Долгосрочный мониторинг за изменениями в образовательной среде с течением времени осуществляемый для определения тенденций развития образовательного учреждения. Циклический мониторинг за образовательной средой в течении цикла обучения. Текущий мониторинг за образовательной средой ежедневно. Оперативный контроль за оперативным состоянием спортсмена. Текущий контроль состояния физической подготовленности, функциональной работоспособности на протяжении тренировочного цикла. Этапный контроль в конце этапа или периода подготовки различных показателей соревновательной и тренировочной деятельности спортсмена, динамики нагрузок и спортивных результатов.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение

извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОНИТОРИНГ»

Вопросы для самоподготовки

1. Понятие «мониторинг».
2. Виды мониторинга.
3. Физическая работоспособность, физическое развитие.
4. Тестовые методики, используемые в педагогической практике в общеобразовательной школе.
5. Школьная программа по физическому воспитанию.
6. Оценка выносливости как потенциал здоровья человека.
7. Тесты используемые в мониторинге физического состояния населения.
8. Объективность тестов. Требования надежности тестов. Валидность тестов.
9. Требования преемственности тестов в различных возрастах (дошкольное, школьное, вузовское образование).
10. Средства информационного обеспечения спортивно-оздоровительного мониторинга.
11. Средства как орудие обеспечения какой-либо деятельности.
12. Компьютерная программа как средство обеспечения мониторинга (база данных, таблично-графические материалы, информация о индивидуальных отклонениях в физическом развитии и здоровье.
13. Содержательная и экспертная база.
14. Предназначение получаемой информации.
15. Анализ результатов тестирования, оценка показателей, интерпретация результатов тестирования.
16. Субъекты процесса спортивной тренировки или физического воспитания (тренер, врач, спортсмен; учащиеся, родители, учителя физической культуры, директора школ, медицинский персонал).
17. Информация для управления процессом тренировки или образованием.
18. Понятие морфофункциональное состояние.
19. Оценка развития физических качеств и двигательных навыков.
20. Тесты и методики, используемые в мониторинге физического состояния спортсменов и населения.
21. Тестовые методики и тесты, используемые в школьной практике.
22. Компьютерные программы по обеспечению мониторинга.
23. Электронные программы обследований (психофункциональные, силовые, психологические тесты).

24. Анализ данных обследований мониторинга.
25. Составление таблиц, графиков, диаграмм.

РАЗДЕЛ 2. МЕТОДЫ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ, ТЕХНОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ МОНИТОРИНГА

Вопросы для самоподготовки

1. Математическая статистика.
2. Применение технических средств ЭВМ и компьютерных технологий в оперативном, текущем и этапном контроле физического состояния.
3. Оценочные шкалы для тестовых методик при проведении мониторинга.
4. Связь прикладной статистики с другими статистическими дисциплинами.
5. Два варианта интерпретации исходных данных и их статистической обработки.
6. Классификация объектов и признаков.
7. Наблюдение.
8. Оценка и прогноз.
9. Организация и проведение тестирования.
10. Основное содержание методик тестирования.
11. Оценочные шкалы. Нормы сопоставительные, индивидуальные, должные.
12. Отслеживание изменений показателей в начале и в конце года (или этапа).
13. Создание базы данных о физической подготовленности.
14. Разработка рекомендаций.
15. Подготовка аналитических отчетов о физической подготовленности.
16. Критерии мониторинга при реализации программ по физической культуре.
17. Основные принципы при проведении мониторинга.
18. Методологический инструментарий мониторинга.
19. Этапы психолого-педагогического исследования.
20. Изучение динамики процесса воспитания.
21. Оценка здоровья детей.
22. Выявление причинно-следственных связей между состоянием физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи и воздействием факторов среды обитания человека.
23. Прогнозирование состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи.
24. Определение неотложных и долгосрочных мероприятий по предупреждению и устранению негативных воздействий на физическое здоровье населения.
25. Меры, направленные на укрепление физического здоровья населения.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ КОНТРОЛЯ И ВИДЫ МОНИТОРИНГА

Вопросы для самоподготовки

1. Врачебный контроль: биометрический, клинический, функциональный. Тестовые методики.
2. Принципы контроля.
3. Формы контроля.
4. Объективность контроля.
5. Систематичность контроля.
6. Гласность контроля.
7. Эффективность контроля.
8. Гибкость контроля.
9. Виды контроля.
10. Предварительный контроль.

11. Оперативный контроль.
12. Педагогический контроль: физическая подготовленность, контроль режима физических нагрузок, технико-тактическое мастерство.
13. Организация тестирования.
14. Психологический контроль.
15. Контроль психоэмоционального состояния, психофункциональное состояние.
16. Тесты и опросники.
17. Понятие самоконтроля.
18. Показатели динамики нагрузок и спортивных результатов.
19. Обосновать программы обследования спортсменов.
20. Что включает этапный контроль в системе тренировки спортсменов.
21. Какие показатели обеспечивают этапный контроль в системе подготовки в цикле тренировочного процесса.
22. Что такое цикличность тренировочного процесса.
23. Конкретно представить микроциклы на примере вида спорта.
24. Конкретно представить макроциклы на примере вида спорта.
25. Конкретно представить мезоциклы на примере вида спорта.

1.3. Методические материалы по подготовке к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Лабораторные занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Лабораторное занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких работ.

Цель лабораторных занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на лабораторных занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач лабораторные занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме

лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней

странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить

основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*

рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**

19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена и введена в действие решением кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни на основании Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки *44.03.01 Педагогическое образование* (уровень бакалавриата) утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121.	Протокол заседания кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни № 7 от «06» марта 2023 года	01.09.2023
2.	Методические материалы актуализированы	Протокол заседания кафедры №11 от «20» февраля 2024 года	01.09.2024

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) РАЗРАБОТКА ОСНОВНЫХ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ И ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметных и межпредметных связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. КОНЦЕПЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Тема 1.1. Физическая культура и спорт в системе дополнительного образования: ценности, цели, содержание, формы, измерение результативности	*Ценностно-мотивационный компонент физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Цели физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Содержательный компонент физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Формы физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Измерение результативности физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.*

Тема 1.2. Функции системы дополнительного образования в России в сфере физической культуры и спорта.	*Понятие «Функция физической культуры». Классификация функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика общекультурных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика эстетической функция физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика социальной функции физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических образовательных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических прикладных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических спортивных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических рекреативных и оздоровительно-реабилитационных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика частных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика эмоционально-зрелищной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика функции спорта - социальной интеграции и социализация личности в системе дополнительного образования. Характеристика экономической функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика соревновательно-эталонной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика эвристическо-достиженческой функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика функции спорта - личностно-направленного воспитания, обучения и развития в системе дополнительного образования. Характеристика оздоровительно-рекреативной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика коммуникативной функции спорта в системе дополнительного образования.*
РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Тема 2.1. Становление системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.	*Историко-генетический анализ становления и развития системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Преобразование*

	внешкольной работы и внешкольного воспитания физической культуры и спорта в систему дополнительного образования. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Специфика дополнительного образования по физической культуре и спорту в школе. Смысловое значение категории «развитие» в сфере физической культуре и спорте, отличия от близких понятий в системе дополнительного образования. Уровни учреждений дополнительного образования детей в сфере физической культуры и спорта. Специфика организации и основы построения педагогического процесса учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
Тема 2.2. Система дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта в условиях модернизации общего образования.	*Концепция модернизации и основные положения стратегии развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Новые социальные требования к дополнительному образованию в сфере физической культуры и спорта. Направления развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Современные информационно-коммуникативные технологии и средства массовой информации для решения задач дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Педагогические технологии в системе дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Специфика дополнительного образования в школе в сфере физической культуры и спорта. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта и тенденции образовательной политики в России.*
РАЗДЕЛ 3. КЛАССИФИКАЦИЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Тема 3.1. Многообразие секций, клубов, творческих объединений, коллективов в системе дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта	*Характеристика типов и видов учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Спортивные секции в системе дополнительного образования. Спортивные клубы в системе дополнительного образования. Спортивно-культурные и творческие объединения в системе дополнительного образования. Коллективы физической культуры в системе дополнительного образования. Спортивное*

	направление в дополнительном образовании общеобразовательных школ. Эстетическое направление в дополнительном образовании в системе дополнительного образования. Детские и юношеские спортивные организации и объединения в системе дополнительного образования.
Тема 3.2. Проектирование программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта	*Проектирование программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Виды программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Учебно-методическое обеспечение дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Профессиограмма педагога дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Лицензирование учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Особенности взаимодействие школы и учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта: цели,содержание, формы, результаты. Структурно-организационные формы реализации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Нормативно-правовые регулятивы организации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Взаимодействие с участниками образовательного процесса и социальными партнерами, руководство коллективом дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Организация командной работы для решения задач развития организации, осуществляющих образовательную деятельность, реализация экспериментальной работы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Использование индивидуальных и групповых технологий принятия решений в управлении организацией, осуществляющей образовательную деятельность дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Стратегии культурно-просветительской деятельности дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.*

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие

предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение,

обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов о них.

РАЗДЕЛ 1. КОНЦЕПЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Вопросы для самоподготовки:

1. Формы физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.
2. Измерение результативности физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.
3. Специфические образовательные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
4. Специфические прикладные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
5. Специфические спортивные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
6. Специфические рекреативные и оздоровительно-реабилитационные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
7. Частные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
8. Эмоционально-зрелищная функция спорта в системе дополнительного образования.
9. Функция спорта - социальной интеграции и социализации личности в системе дополнительного образования.
10. Экономическая функция спорта в системе дополнительного образования.
11. Соревновательно-эталонная функция спорта в системе дополнительного образования.
12. Эвристическо-достиженческая функция спорта в системе дополнительного образования.
13. Функция спорта - личностно-направленного воспитания, обучения и развития в системе дополнительного образования.
14. Оздоровительно-рекреативная функция спорта в системе дополнительного образования.
15. Коммуникативная функция спорта в системе дополнительного образования.

РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Вопросы для самоподготовки:

1. Концепция модернизации и основные положения стратерии развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
2. Новые социальные требования предьявляются к дополнительному образованию в сфере физической культуры и спорта.
3. Основные направления развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
4. Современные информационно-коммуникативные технологии и средства массовой информации используются для решения задач дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
5. Педагогические технологии в системе дополнительного образованияв сфере физической культуры и спорта.
6. Специфика дополнительного образования в школе в сфере физической культуры и спорта.
7. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
8. Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта: тенденции образовательной политики в России.
9. Историко-генитический анализ становления и развития системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
10. Преобразование внешкольной работы и внешкольного воспитания физической культуры и спорта в систему дополнительного образования.
11. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
12. Специфика дополнительного образования по физической культуре и спорту в школе.
13. Уровни учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
14. Специфика организации и основы построения педагогического процесса учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

РАЗДЕЛ 3. КЛАССИФИКАЦИЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности проектирования программ дополнительного образования для взрослых.
2. Особенности реализации программ дополнительного образования для взрослых.
3. Способы активизации учебно-познавательной деятельности взрослых учащихся, вовлечение их в систему дополнительного образования.
4. Диагностика способностей взрослых обучающихся.
5. Наполнение каждого структурного компонента программы дополнительного образования для взрослых.
6. Научно-методические и нормативные основания процедур контроля и оценки результатов освоения образовательных программ для взрослых.
7. Тестовый контроль в системе оценки качества реализации дополнительных образовательных программ для взрослых.

1.3. Методические материалы по подготовке к лабораторным занятиям по дисциплине (модулю)

Лабораторные занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Лабораторное занятие

предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких работ.

Цель лабораторных занятий состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на лабораторных занятиях руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач лабораторные занятия проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Разработка основных и дополнительных образовательных программ» предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

− знакомит с новым учебным материалом;

− разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;

− систематизирует учебный материал;

− ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

− внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;

− ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и

вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т. п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата.

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата.

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе.

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или

практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;

5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;

6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада.

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация.

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации.

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу.

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса.

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания.

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы недостаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но недостаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность;

используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.			
2.			

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОСНОВЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. КОНЦЕПЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.	
Тема 1.1. Физическая культура и спорт в системе дополнительного образования: ценности, цели, содержание, формы, измерение результативности.	*Ценностно-мотивационный компонент физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Цели физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Содержательный компонент физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Формы физической культуры и спорта в системе дополнительного образования. Измерение результативности физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.*

Тема 1.2. Функции системы дополнительного образования в России в сфере физической культуры и спорта.	*Понятие «Функция физической культуры». Классификация функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика общекультурных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика эстетической функция физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика социальной функции физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических образовательных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических прикладных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических спортивных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика специфических рекреативных и оздоровительно-реабилитационных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика частных функций физической культуры в системе дополнительного образования. Характеристика эмоционально-зрелищной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика функции спорта - социальной интеграции и социализация личности в системе дополнительного образования. Характеристика экономической функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика соревновательно-эталонной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика эвристическо-достиженческой функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика функции спорта - личностно-направленного воспитания, обучения и развития в системе дополнительного образования. Характеристика оздоровительно-рекреативной функции спорта в системе дополнительного образования. Характеристика коммуникативной функции спорта в системе дополнительного образования.*
РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.	
Тема 2.1. Становление системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.	*Историко-генитический анализ становления и развития системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Преобразование внешкольной работы и внешкольного воспитания физической культуры и спорта в систему дополнительного образования. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Специфика дополнительного образования по физической культуре и спорту в школе. Смысловое значение категории «развитие» в сфере физической культуре и спорте, отличия от близких понятий в системе дополнительного образования. Уровни учреждений дополнительного*

	образования детей в сфере физической культуры и спорта. Специфика организации и основы построения педагогического процесса учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

Тема 2.2. Система дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта в условиях модернизации общего образования.	*Концепция модернизации и основные положения стратегии развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Новые социальные требования к дополнительному образованию в сфере физической культуры и спорта. Направления развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Современные информационно-коммуникативные технологии и средства массовой информации для решения задач дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Педагогические технологии в системе дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Специфика дополнительного образования в школе в сфере физической культуры и спорта. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта и тенденции образовательной политики в России.*
РАЗДЕЛ 3. КЛАССИФИКАЦИЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.	
Тема 3.1. Многообразие секций, клубов, творческих объединений, коллективов в системе дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.	*Характеристика типов и видов учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Спортивные секции в системе дополнительного образования. Спортивные клубы в системе дополнительного образования. Спортивно-культурные и творческие объединения в системе дополнительного образования. Коллективы физической культуры в системе дополнительного образования. Спортивное направление в дополнительном образовании общеобразовательных школ. Эстетическое направление в дополнительном образовании в системе дополнительного образования. Детские и юношеские спортивные организации и объединения в системе дополнительного образования.*

Тема 3.2. Проектирование программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.	*Проектирование программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Виды программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Учебно-методическое обеспечение дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Профессиограмма педагога дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Лицензирование учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Особенности взаимодействие школы и учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта: цели,содержание, формы, результаты. Структурно-организационные формы реализации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Нормативно-правовые регулятивы организации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Взаимодействие с участниками образовательного процесса и социальными партнерами, руководство коллективом дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Организация командной работы для решения задач развития организации, осуществляющих образовательную деятельность, реализация экспериментальной работы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Использование индивидуальных и групповых технологий принятия решений в управлении организацией, осуществляющей образовательную деятельность дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта. Стратегии культурно-просветительской деятельности дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.*

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность

люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного

продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. КОНЦЕПЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.

Вопросы для самоподготовки

1. Формы физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.
2. Измерение результативности физической культуры и спорта в системе дополнительного образования.
3. Специфические образовательные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
4. Специфические прикладные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
5. Специфические спортивные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
6. Специфические рекреативные и оздоровительно-реабилитационные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
7. Частные функции физической культуры в системе дополнительного образования.
8. Эмоционально-зрелищная функция спорта в системе дополнительного образования.
9. Функция спорта - социальной интеграции и социализации личности в системе дополнительного образования.
10. Экономическая функция спорта в системе дополнительного образования.
11. Соревновательно-эталонная функция спорта в системе дополнительного образования.
12. Эвристическо-достиженческая функция спорта в системе дополнительного образования.
13. Функция спорта - личностно-направленного воспитания, обучения и развития в системе дополнительного образования.
14. Оздоровительно-рекреативная функция спорта в системе дополнительного образования.
15. Коммуникативная функция спорта в системе дополнительного образования.

РАЗДЕЛ 2. РАЗВИТИЕ СИСТЕМЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.

Вопросы для самоподготовки

1. Концепция модернизации и основные положения стратерии развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.
2. Новые социальные требования предьявляются к дополнительному образованию в сфере физической культуры и спорта.
3. Основные направления развития дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

4. Современные информационно-коммуникативные технологии и средства массовой информации используются для решения задач дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

5. Педагогические технологии в системе дополнительного образованияв сфере физической культуры и спорта.

6. Специфика дополнительного образования в школе в сфере физической культуры и спорта.

7. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

8. Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта: тенденции образовательной политики в России.

9. Историко-генитический анализ становления и развития системы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

10. Преобразование внешкольной работы и внешкольного воспитания физической культуры и спорта в систему дополнительного образования.

11. Педагогический потенциал дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

12. Специфика дополнительного образования по физической культуре и спорту в школе.

13. Уровни учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

14. Специфика организации и основы построения педагогического процесса учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

РАЗДЕЛ 3. КЛАССИФИКАЦИЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.

Вопросы для самоподготовки

1. Типы и виды учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

2. Деятельность спортивных секции в системе дополнительного образования.

3. Деятельность спортивных клубов в системе дополнительного образования.

4. Деятельность спортивно-культурных и творческих объединения в системе дополнительного образования.

5. Деятельность коллективов физической культуры в системе дополнительного образования.

6. Спортивное направление в дополнительном образовании общеобразовательных школ.

7. Эстетическое направление в дополнительном образовании в системе дополнительного образования.

8. Деятельность детских и юношеских спортивных организаций и объединений в системе дополнительного образования.

9. Проектирование программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

10. Виды программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

11. Учебно-методическое обеспечение учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

12. Профессиограмма педагога дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

13. Лицензирование учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

14. Взаимодействие школы и учреждений дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта: цели,содержание, формы, результаты.

15. Структурно-организационные формы реализации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

16. Нормативно-правовые регулятивы организации дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

17. Взаимодействие с участниками образовательного процесса и социальными партнерами, руководство коллективом дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

18. Организация командной работы для решения задач развития организации, осуществляющих образовательную деятельность, реализация экспериментальной работы дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

19. Использование индивидуальных и групповых технологий принятия решений в управлении организацией, осуществляющей образовательную деятельность дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта.

20. Особенности стратегии культурно-просветительской деятельности дополнительного образоваания в сфере физической культуры и спорта.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «*Основы планирования и анализа эксперимента в педагогике и психологии»* предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект

лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных

используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже

рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются

формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	**Максимальная рейтинговая оценка, баллов**
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ	
Тема 1.1. Общие основы биомеханики. Введение в биомеханику.	Биомеханика как наука и учебная дисциплина. Механические явления в живых системах. Понятия о формах движения материи. Особенности механического движения человека. Задачи и направления развития обшей биомеханики движений человека. Цель и задачи спортивной биомеханики. Развитие биомеханики. Возникновение биомеханики как науки. Современное состояние биомеханики. Направления развития биомеханики. Связи биомеханики с другими науками. Методологические основы изучения двигательной деятельности человека. Понятие о двигательном действии, умении и навыке. Роль и место биомеханики в их изучении.

	Методы качественного биомеханического анализа. Системно-структурный подход и метод биомеханического обоснования спортивной техники. Система движений, ее состав и структура. Методы механико-математического моделирования движений человека. Эволюция моделей тела человека. Прямая и обратная задачи механики. Скелетно-мышечные модели. Метод определения биомеханизмов двигательных действий. Этапы создания теоретических моделей опорно-двигательного аппарата человека. Инструментальные методики исследования движений. Механо-электрические (гониометрия, спидометрия, акселерометрия, динамометрия, стабилометрия и др.). Оптические и оптико-электронные системы (биомеханическая фото- и киносъемка, видеосъемка, телевизионные системы, оптронные пары, лазерные устройства и др.). Электрофизиологические (электромиография).
Тема 1.2. Биомеханика двигательного аппарата человека	Строение пассивной части двигательного аппарата человека. Тело человека как многозвенная система. Кинематические пары и движения в суставах (понятие о степенях свободы). Механические свойства связок и сухожилий. Движения в кинематических цепях. Открытые и замкнутые кинематические цепи. Биомеханика мышц. Механические свойства и механическая модель мышцы. Режимы и механика мышечного сокращения. Работа, мощность и энергия мышечного сокращения. Особенности действия мышц на костные рычаги. Биомеханика двусуставных мышц. Геометрия масс тела человека: массы и моменты инерции звеньев тела человека, общий и частный центр масс тела и его звеньев, центр объема и центр поверхности тела. Силы в движениях человека. Силы внешние. Силы инерции внешних тел, силы упругой деформации, силы тяжести и веса, силы реакции опоры. Роль сил в движениях человека. Силы внутренние. Силы в пассивных элементах двигательного аппарата человека. Силы внутрибрюшного давления. Экспериментальные и аналитические способы определения внутренних сил. Работа перемещения: внутренняя и внешняя работа, вертикальная и продольная работа.

	Методы измерения работы и энергии при движениях человека.
РАЗДЕЛ 2. ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА.	
Тема 2.1. Биомеханика физических качеств	Понятие о моторике человека как совокупности его двигательных возможностей. Двигательные качества - качественно различные стороны моторики. Параметрические и непараметрические зависимости между силой, скоростью и длительностью двигательных заданий. Биомеханическая характеристика силовых качеств. Сила действия человека. Понятие о силовых качествах. Зависимость силы действия человека от параметров двигательных заданий. Положение тела и сила действия человека. Топография силы. Метод сопряженного воздействия. Биомеханическая характеристика скоростных качеств. Динамика скорости. Скорость изменения силы - градиент силы. Параметрические и непараметрические зависимости между силовыми и скоростными качествами. Биомеханические аспекты двигательных реакций. Биомеханическая характеристика выносливости. Основы эргометрии. Правило обратимости двигательных заданий. Утомление и его биомеханические проявления. Выносливость и способы ее измерения. Биомеханические основы экономизации спортивной техники. Особенности спортивной техники в упражнениях, требующих большой выносливости. Биомеханические характеристики гибкости. Биомеханические требования к построению и использованию тренажеров.
Тема 2.2. Биомеханические основы движений с учетом возраста, пола. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений	Дифференциальная биомеханика - раздел биомеханики, изучающий индивидуальные и групповые особенности движений и двигательных возможностей человека. Телосложение и моторика человека. Влияние тотальных размеров тела людей на их двигательные возможности. Влияние пропорций тела и конституциональных особенностей. Онтогенез моторики. Роль созревания и научения в онтогенезе моторики. Двигательный возраст, акселераты и ретарданты. Явление гомеореза моторики. Прогноз развития моторики на основе изучения стабильности двигательных показателей и наследственных влияний. Развитие движений в различные периоды жизни

	человека: от момента рождения, в младенческом возрасте до одного года, в дошкольном возрасте до трех лет, дошкольном 3-7-ми лет, школьном 7-17-ти лет, в возрасте 18-30-ти лет, старше 30-ти лет. Влияние возраста на эффект обучения и тренировки. Особенности моторики женщин. Двигательные, в частности спортивные, возможности женщин. Биомеханические особенности телосложения и их влияние на моторику. Основные понятия теории управления. Аппарат управления и аппарат исполнения. Состояния аппарата исполнения - начальное, промежуточное и конечное. Цели управления, программа поведения, конечный результат. Воздействия управляющие и сбивающие. Способы организации управления в самоуправляемых системах. Программный способ управления. Каналы прямой и обратной связи. Незамкнутые и замкнутые контуры управления. Циклы взаимодействия - центральные и периферические. Движение информации по каналам связи. Биомеханические аспекты управления мышечной активностью. Проблемы избыточности в управлении мышечной активностью. Принцип неоднозначности нервного импульса, мышечной силы и заданного движения. Модель потребного будущего. Управление и регуляция. Произвольный контроль и сенсорные коррекции. Функциональные системы двигательного действия - энергообеспечивающие и формообразующие.
РАЗДЕЛ 3. ЧАСТНАЯ БИОМЕХАНИКА	
Тема 3.1. Локомоторные движения.	Локомоторные движения при взаимодействии с опорой (наземные) и средой (водные). Механические условия создания движущих сил при отталкивании от опоры в наземных и водных локомоциях. Работа внутренних сил и изменение кинетической энергии тела человека. Сила реакции опоры при отталкивании и ее составляющие. Соотношение движущих и тормозящих сил. Скорость, длина, частота и ритм шагов. Стартовые действия: стартовые положения, движения и разгон. Движение по дистанции и финиширование. Взаимодействие звеньев тела в наземных локомоторных движениях. Механизм собственно отталкивания от опоры. Механизм движения маховых звеньев. Механизм перевернутого маятника. Виды наземных локомоций. Биомеханика ходьбы:

	элементы шагательных движений при опоре и переносе ног; сопутствующие движения туловища и рук. Биомеханика бега: период полета - вынос ноги, опускание на опору; периоды опоры - подседание, отталкивание. Биомеханика прыжка, подготовка к отталкиванию, отталкивание, полет, амортизация.
Тема 3.2. Сохранение положения тела и движения на месте.	Положение тела человека. Силы, возмущающие и уравновешивающие (их источники и действие). Условия равновесия тела человека (системы тел) и показатели устойчивости. Сохранение положения тела человека в условиях отсутствия и наличия внешних возмущающих воздействий. Биодинамика осанки статической и динамической. Нарушения и восстановление правильной осанки. Движения на месте как изменения позы без перемены опоры. Условия движения на месте, сохранение равновесия и места опоры. Сохранение и изменение движения центра масс системы. Взаимодействие опоры, опорных и подвижных звеньев. Роль реактивных внешних сил. Сохранение и изменение количества движения системы. Преодолевающие и уступающие движения при опоре. Механизмы притягивания и отталкивания. Условия активного и пассивного приближения и отдаления относительно верхней и нижней опоры.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность

люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую

проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

Вопросы для самоподготовки

1. Особенности механического движения человека. Направления развития биомеханики.
2. Леонардо да Винчи «Витрувианский человек». Изучение пропорций золотого сечения.
3. История биомеханики до 18 века.
4. История биомеханики в России.
5. Вклад Н.А. Бернштейна в развитие биомеханики.
6. Современный этап развития биомеханики как науки и дисциплины (модуля).
7. Внешние силы в движениях спортсмена (силы упругой деформации, силы тяжести и веса, силы инерции, силы реакции опоры, силы трения, силы сопротивления среды).
8. Внутренние силы в движениях спортсмена и их отличие от внешних сил.
9. Геометрия масс тела человека. Основные показатели, характеризующие распределение масс в теле человека.
10. Механическая энергия и работа в движениях человека.
11. Способы экономии энергии внутри системы. Методы измерения работы и энергии при движениях человека.
12. Составляющие комплексного контроля в спорте.
13. Сравнительный анализ возможностей различных измерительных методик с точки

зрения их информативности.

14. Методы измерения работы и энергии в движениях человека.

15. Характеристика методик изучения кинематических характеристик движения.

16. Характеристика методик изучения динамических характеристик движения.

17. Характеристика методик используемых для получения данных о целостном двигательном действии человека.

РАЗДЕЛ 2. ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ БИОМЕХАНИКА.

Вопросы для самоподготовки

1. Телосложение и моторика человека. Влияние размеров и пропорций тела человека на его двигательные возможности.

2. Онтогенез моторики человека (роль созревания и научения, двигательный возраст). Онтогенез моторики в отдельные возрастные периоды.

3. Понятие о двигательных качествах спортсмена. Параметрические и непараметрические зависимости между показателями, характеризующими двигательные качества спортсмена.

4. Зависимость силы действия человека от положения тела. Топография силы. Выбор положения тела при тренировке силы.

5. Зависимость силы действия человека от скорости и направления движения.

6. Элементарные формы проявления скоростных качеств. Динамика скорости ОЦМ тела в циклических локомоциях. Градиент силы.

7. Биомеханические аспекты двигательных реакций (виды двигательных реакций и их фазовый состав).

8. Биомеханическая характеристика гибкости. Пассивная и активная гибкость и способы их измерения.

9. Выносливость и способы ее измерения. Явные и латентные показатели выносливости.

10. Основы эргометрии. Объем, интенсивность и время выполнения двигательного задания. Правило обратимости двигательных заданий.

11. Биомеханические проявления утомления. Фазы утомления.

12. Биомеханические основы экономизации спортивной техники (снижение энерготрат в циклических локомоциях и рекуперация энергии).

РАЗДЕЛ 3. ЧАСТНАЯ БИОМЕХАНИКА

Вопросы для самоподготовки

1. Движение вокруг осей. Динамика вращательного движения одного звена (механизм вращательного движения звена, изменение вращательного движения звена и системы звеньев).

2. Влияние суставных сил на управление вращательным движением звена.

3. Управление движениями вокруг осей с изменением и сохранением кинетического момента.

4. Способы управления вращательным движением в безопорном и опорном положении.

5. Положение тела человека (место, ориентация и поза). Условия равновесия тела человека и показатели устойчивости. Сохранение положения тела в условиях отсутствия и наличия внешних возмущающих сил.

6. Локомоторные движения при взаимодействии с опорой (наземные) и средой (водные). Механические условия создания движущих сил при отталкивании от опоры в наземных и водных локомоциях. Работа внутренних сил и изменение кинетической энергии тела человека. Сила реакции опоры при отталкивании и ее составляющие. Соотношение движущих и тормозящих сил.

7. Скорость, длина, частота и ритм шагов. Стартовые действия: стартовые положения, движения и разгон. Движение по дистанции и финиширование.

8. Взаимодействие звеньев тела в наземных локомоторных движениях. Механизм собственно отталкивания от опоры. Механизм движения маховых звеньев. Механизм перевернутого маятника.

9. Биомеханика ходьбы: элементы шагательных движений при опоре и переносе ног; сопутствующие движения туловища и рук.

10. Биомеханика бега: период полета - вынос ноги, опускание на опору; периоды опоры - подседание, отталкивание.

11. Биомеханика прыжка, подготовка к отталкиванию, отталкивание, полет, амортизация

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;

− внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;

− запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;

− постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;

− узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием

по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли

автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14,

через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца –

1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.

5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;

2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;

3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;

4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;

5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*

итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ И ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция - один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос - это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ	
Тема 1.1. Перцептивно-мнемические процессы психики	Особенности внутренней картины мира и механизм ее построения: отражение или моделирование реальности. Психическая познавательная активность человека и моделирование мира. Содержание и структура познавательной сферы человеческой психики. Познание и моделирование реальности. Основные способы моделирования мира человеком. Концепция ориентировочной деятельности человека. Характеристика ориентировочной основы деятельности, обучения и поведения человека. Психологическая характеристика различных видов ощущения. Восприятие в системе когнитивного взаимодействия человека со средой. Процессы и структуры восприятия. Закономерности восприятия. Взаимодействие восприятия с другими познавательными процессами. Основные теории восприятия. Особенности восприятия в различных условиях деятельности. Психологическая характеристика различных видов ощущения. Восприятие в системе когнитивного взаимодействия человека со средой. Процессы и структуры восприятия. Закономерности восприятия. Взаимодействие восприятия с другими познавательными процессами. Основные теории восприятия. Особенности восприятия в различных условиях деятельности. Общее представление о внимании. Место внимания в структуре познавательной деятельности. Внимание как

	функция внутреннего контроля. Внимание и сознание. Произвольное и непроизвольное внимание. Основные свойства внимания и способы их оценки. Методы активизации внимания. Роль внимания в различных видах деятельности Мнемические функции и свойства. Гипотезы о психологических механизмах памяти. Психологические теории памяти. Виды памяти. Связь памяти с другими психическими процессами. Память и научение. Овладение процессами памяти. Развитие памяти. Условия и приемы эффективного запоминания. Влияние различных условий деятельности на мнемические процессы.
Тема 1.2. Мышление, воображение, речь	Внутренняя переработка информации; абстрактное моделирование. Познание скрытых от наблюдения свойств и закономерностей. Воссоздание прошлого и прогнозирование будущего. Восполнение пробелов в познании. Основные теории мышления. Разновидности мыслительных процессов. Мышление теоретическое и практическое. Концепция практического интеллекта Б.М.Теплова. Методы решения мыслительных задач. Культура человеческого мышления. Естественный и искусственный интеллект. Особенности мышления человека при выполнении различных видов деятельности. Проблема речевой деятельности. Функции речи. Речь как средство познания. Внутренняя и внешняя речь. Восприятие и понимание речи. Вклад Л.С. Выготского, А.Р. Лурия, Н.И. Жинкина и других отечественных психологов в познание психологических механизмов речи. Понятие о психолингвистике, психосоматике и нейролингвистическом программировании. Речь человека в различных видах деятельности. Значение речи для профессиональной деятельности психолога. Представление как результат прошлого процесса восприятия. Представление и память. Понятие воображения. Место воображения в системе познавательных функций человека. Воображение и образное мышление. Разновидности воображения. Воображение и творчество. Роль воображения в практической деятельности психолога. Значение воображения для эффективного выполнения определённых видов деятельности.
РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА	
Тема 2.1. Психические свойства и состояния личности	Психология и психофизиология темперамента. Темперамент как совокупность психодинамических свойств человека. История изучение темперамента: вклад Гиппократа, Галена, И.Канта, И.П. Павлова и др. Концепция темперамента В.С. Мерлина и Я.Стреляу. Значение исследований Б.М.Теплова, В.Д. Небылицина для познания темперамента. Обобщение данных о темпераменте в работах В.Русалова. Методы психодиагностики темперамента. Влияние темперамента психолога на особенности выполнения задач психопрофилактики и психокоррекции.

	Двойственность понятия способностей. Способности как пластичность и развиваемость личности. Способности как деятельностный потенциал личности. Разновидности способностей и критерии их классификации. Соотношение интеллекта и способностей. Проблема методов практического раскрытия способностей. Значение теории способностей в профессиологии. Теории способностей. Методы диагностики способностей (Д. Векслер, Р. Амтхауэр, Г. Айзенк и др.). Способности к профессиональной психологической деятельности. История изучения проблемы характера. Характер человека как основа его стабильности, энергии и индивидуальности. Структура характера. Типы характеров. Э.Фромм о социальных характерах. Методы изучения и оценки характера. Акцентуации характера. Понятие акцентуации личности и характера. Концепция К. Леонгарда. Концепция А.Е. Личко. Типы и разновидности акцентуаций: гипертимность, циклоидность, лабильность, сензитивность, шизоидность, истероидность и др. Психодиагностика акцентуаций. Проявление акцентуаций в условиях профессиональной психологической деятельности. История изучения психических состояний. Место состояний в системе психических явлений, их соотношение с процессами и свойствами. Факторы, динамизирующие и стабилизирующие психические состояния людей. Психологическая характеристика основных состояний. Критерии их классификации. Структура психического состояния. Проблема центрального звена в структуре психического состояния. Теории психических состояний. Вклад Н.Д. Левитова в познание психических состояний. Психические состояния людей в различных условиях деятельности.
Тема 2.2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности	Особенности эмоциональной сферы человеческой психики. Понятие об эмоциях и чувствах. Структура эмоционального процесса. Эмоциональные факторы среды. Компоненты эмоции. Эмоциональные действия и отреагирование эмоций. Разновидности эмоций. Критерии их классификации. Основные теории эмоций. Физиологические, психологические и социально-психологические концепции. Теория дифференциальных эмоций К.Изарда; когнитивная теория эмоций Шехтера. Информационная теория эмоций (П.В.Симонов, К.Прибрам и др). Исследование эмоций П.М. Якобсоном, В.К. Вилюнасом, Я. Рейковским и другими отечественными и зарубежными авторами. Эмоции и профессиональная деятельность психолога. Соотношение эмоций и чувств. Специфика чувств человека и их отличие от эмоций. Классификация человеческих чувств. Свойства чувств. Характеристика отдельных чувств. Диагностика чувственной сферы человека. Особенности волевой регуляции психической активности. Волевое усилие и волевое действие. Произвольные психические функции и воля. Волевые

	процессы и свойства личности. Воля и эмоции человека. Воля и интеллект человека. Воля и мотивация. Основные теории воли. Исследование психологии воли В.И. Селивановым, В.А. Иванниковым и другими психологами. Проявление волевых качеств личности в различных условиях профессиональной деятельности. Классификация потребностей. Первичные и вторичные потребности. Потребности и другие мотивационные факторы. Функции потребностей в психической активности человека. Динамика потребностей. Основные теории. Концепция потребностей А.Маслоу. Потребности в понимании Х.Мюррея. Потребности в структуре деятельности человека. Потребности человека и профессиональный выбор. Мотивы активности людей. Ценности, интересы, нормы как мотивационные образования. Мотивационные процессы и личностные структуры. Типы мотивации. Вклад отечественной психологии в познание мотивации человека. Взгляды С.Л.Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, В.С.Мерлина и других психологов. Подход В.К. Вилюнаса к психологическим механизмам мотивации. Динамическая теория мотивации К.Левина. Концепция мотивации достижения (Дж. Аткинсон). Новейшие психологические теории мотивации. Анализ проблемы мотивации Х. Хекхаузеном. Проблема динамики мотивов профессиональной деятельности психолога.
РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
Тема 3.1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы).	Единство двух культур: физической и психической. Психологическая составляющая и ее значение в общей культуре человека. Понятие о предмете психологии физического воспитания. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании и ее отличие от спортивной деятельности. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии. Связь психологии физического воспитания с теорией и методикой физического воспитания. Задачи психологической науки в области физического воспитания и массовой физической культуры: формирование потребности в ежедневном выполнении физических упражнений, в физической нагрузке; развитие мотивов, интереса к участию в массовых физкультурных мероприятиях; воспитание ответственности за состояние своего здоровья как общественного достояния и его укрепление средствами физической культуры; разработка психологических основ пропаганды в области массовой физической культуры. Методы исследования, диагностики и развития в области физической культура.
Тема 3.2. Психологические основы обучения	Концепции обучения и их психологические основания. Соотношение обучения и воспитания. Проблемы дифференциации и индивидуализации обучения.

	Учение как разновидность деятельности. Многосторонность определения учения. Основные теории учения в отечественной психологии. Личностно-деятельный подход с позиций ученика и учителя. Оптимизация образовательного процесса с позиции личностно-деятельностного подхода. Концепция учебной деятельности. Структура учебной деятельности. Понятие учебной задачи, учебной ситуации, контроля и самоконтроля. Четыре стадии проявления самоконтроля П.П. Блонского. Возрастные и индивидуально-психологические особенности формирования учебной деятельности. Особенности учебной деятельности. Определение структуры учебной деятельности. Характеристика компонентов учебной деятельности. Учебные действия. Особенности формирования учебных действий. Возрастные особенности формирования учебной деятельности. Мотивация как психологическая категория. Учебная мотивация. Формирование и изучение учебной мотивации. Классификация учебных мотивов. Теории учебной деятельности: Д. Эльконин, В. Давыдов, П. Гальперин, Матюшкин. Методы и приемы обучения. Психологические основы физической, технической и тактической подготовки.
Тема 3.3. Психологические основы воспитания	Общее понятие о воспитании, его отличие от обучения. Основные теории воспитания. Средства и методы воспитания. Принципы воспитания. Основные теории и подходы к воспитанию. Институты воспитания. Показатели и критерии воспитанности школьников. Физическое воспитание как деятельность и его психологическая характеристика. "Знаемые" и "осознаваемые" мотивы и их роль в физическом воспитании. Структура двигательной деятельности: произвольные действия и непроизвольные операции мотивы, значения и задача. Ориентирующая, регулирующая и моделирующая функция сознания в физическом воспитании.
Тема 3.4. Психологические основы обучения двигательным действиям	Современное представление о психологической структуре двигательного действия. Характеристика навыков по особенностям осознания движений, по характеру исполнения действий. Ориентирующая и регулирующая функции осознания в овладении двигательными действиями. Психологические основы формирования двигательного навыка. Роль ощущений, восприятий, представлений и мышления в выполнении двигательного действия. Теория поэтапного формирования умственных действий в применении к процессу овладения двигательными действиями.
РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ	
Тема 4.1. Психологическая	Общие психологические особенности деятельности учителя физического воспитания. Мотивы, цели и общие

характеристика деятельности и личность учителя физической культуры	требования к педагогической деятельности и личности. Объективные и субъективные трудности в деятельности учителя физической культуры. Психологическая структура деятельности учителя. Психологическая структура деятельности учителя физической культуры. Психологические основы педагогического такта. Культура речи, общения с учениками. Психологическая характеристика личности учителя физической культуры и индивидуальный стиль деятельности. Контроль учителем сложившихся в классе взаимных требований и оценок, самооценок и самоутверждения личности в коллективе, психологического соперничества и соревнования, взаимопонимания, готовности к сопереживанию и сочувствию, взаимным внушениям и подражанию. Лидерство и коллективные традиции в классе, их учет в процессе занятий физической культурой в школе.
Тема 4.2. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте. Психология спортивного соревнования	Общие психологические особенности учебно-тренировочного процесса. Психологические особенности совершенствования двигательных действий в спортивной тренировке. Психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе, его признаки. Психологические особенности адаптации спортсмена в условиях учебно-тренировочного процесса. Психологические основы индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки. Соревнование как основной вид спортивной деятельности, как процесс борьбы за достижение высших спортивных результатов. Психологические особенности спортивного соревнования. Цели, задачи, мотивация, борьба за победу, стремление к рекордным достижениям, соперничество, высокая общественная и личная значимость соревнования, проверка собственных способностей и уровня подготовленности. Предсоревновательные, соревновательные и постсоревновательные состояния спортсменов. Оптимизация этих состояний.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей

отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

Вопросы для самоподготовки к практическим (семинарским) занятиям по разделам (темам) дисциплины (модуля)

РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

Вопросы для самоподготовки:

1. Как соотносится характер теоретической модели мышления и метод его исследования?
2. Какова роль неосознаваемых компонентов в процессе решения задачи?
3. Что позволяет считать значение единицей речевого мышления?
4. Какими методами изучаются категориальные структуры?
5. Виды и механизмы воображения?
6. Развитие мышления и речи в онтогенезе
7. Мышление гетерогенно или иерархично?
8. Теории мышления и методы изучения мыслительных процессов.
9. Уровневые модели интеллекта
10. Особенности развития речи в онтогенезе.
11. Проблема единиц анализа речи
12. Что мы ощущаем, когда что-то ощущаем? - соответствие сенсорного образа стимулу.
13. Восприятие цвета - от сенсорики к личности.
14. Почему мы видим мир, а не сенсорные впечатления?
15. Законы восприятия и законы художественного образа.
16. Модели внимания: что и как регулирует внимание?
17. Как характер теоретической модели памяти влияет на методы ее экспериментального изучения?

РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА

Вопросы для самоподготовки:

1. Критерии классификации психических состояний.
2. Теории психических состояний. Вклад Н.Д. Левитова в познание психических состояний.
3. Характеристика эмоциональных состояний субъекта (тревога, фрустрация, аффект, гнев, агрессия).
4. Волевые и интеллектуальные состояния субъекта – общее и особенное.

5. Психические состояния людей в различных условиях деятельности.
6. В.Н. Дружинин о креативности.
7. Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина
8. «Периферическая» теория У. Джемса-Г. Ланге
9. Психоаналитические концепции эмоций
10. Фрустрационные теории эмоций
11. Когнитивные теории эмоций и личности
12. Теория эмоций Р. Плучика
13. Теория дифференциальных эмоций (Кэрол Изард)
14. Биологическая теория эмоций П. К. Анохина
15. Информационная теория П.В. Симонова
16. Теория эмоций С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева
17. Понятие о воле. Теории воли
18. Проблема волевых состояний и безвольного поведения
19. Волевые качества личности
20. Развитие воли у человека

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности психологической подготовки в спорте.
2. Общая и специальная психологическая подготовка в спорте.
3.Сравнительная характеристика деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
4. Психологические особенности спортивного соревнования.
5. Психологические особенности развития двигательных навыков.
6. Специализированные восприятия в спорте.
7.Психологическая характеристика деятельности преподавателя физической культуры.
8.Психология здорового образа жизни.
9.Психологические основы тактической подготовки.
10. Психологическая характеристика физического воспитания.
11. Структура двигательной деятельности
12. Психологические основы формирования двигательного навыка.
13. Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.
14. Как человек распознает звуки?
15. Особенности деятельности вестибулярной сенсорной системы у глухих?

РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Вопросы для самоподготовки:

1. Особенности личности спортсменов в разных видах спортивной деятельности.
2. Педагогическое общение.
3. Психологические особенности личности преподавателя и тренера.
4. Психология малых групп.
5. Лидерство в спорте.
6. Психическая работоспособность.
7. Приемы регуляции психических состояний.
8. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
9. Психическая надежность в спорте.
10. Типологические особенности учащихся и их учёт в физкультурном образовании.
11. Формирование интересов и мотивов к занятиям физическими упражнениями.
12. Формирование потребности в регулярных самостоятельных занятиях ФК и С.

13. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
14. Психологические основы самовоспитания.
15. Основные методы воздействия на спортсмена.
16. Признаки состояния психической готовности к соревнованию.
17. Психологические особенности тактической подготовки спортсмена.
18. Психологические особенности технической подготовки спортсмена.
19. Психологическая подготовка спортсмена.
20. Психологические особенности деятельности учителя физической культуры (этапы, условия).
21. Психологические особенности соревновательной деятельности. Характеристика предстартовых состояний.
22. Учёт основных свойств темперамента в физическом воспитании учащихся.
23. Психологические особенности отбора в спорте. Психоспортограмма.
24. . Понятие о психическом напряжении и перенапряжении в учебно-тренировочной деятельности

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

− консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.

− самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры

самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана;

написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не

допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;

5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;

6. анализ и толкование полученных в работе результатов;

7. выводы и оценки;

8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические указания по выполнению заданий по демонстрации сформированности практических навыков:

Отработка практических навыков (в том числе по работе с аппаратурой) – в ходе выполнения практических занятий происходит отработка полученных теоретических знаний на практике, чтобы обучающийся мог продемонстрировать степень сформированности практических навыков, понять диагностическую ценность того или иного метода, оценить чувствительность данного метода к физиологическим изменениям в организме и т.д.

Критерии оценки практического задания по демонстрации сформированности практических навыков:

«Зачтено» – обучающийся знает основные положения методики выполнения мероприятий по уходу, самостоятельно демонстрирует необходимые действия по алгоритму и коммуникативные навыки. Допускаются некоторые неточности (малосущественные ошибки), которые студент самостоятельно обнаруживает и быстро исправляет.

«Не зачтено» – студент не знает основные положения методики выполнения мероприятий по уходу, или не может самостоятельно продемонстрировать необходимые действия по алгоритму или неверно выстраивает коммуникацию с пациентом.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях,

углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов

академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для зачета с оценкой.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**

19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

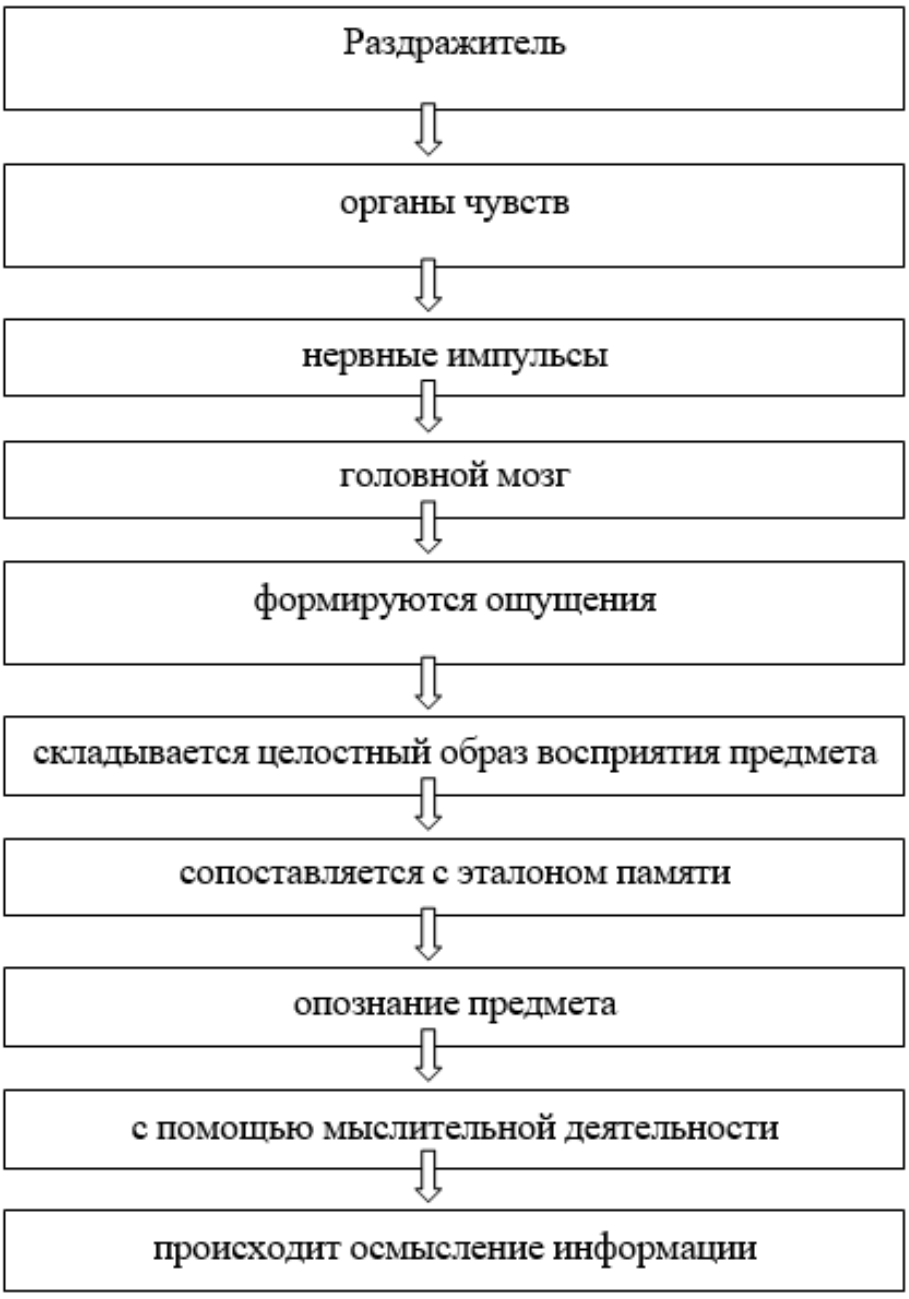
Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

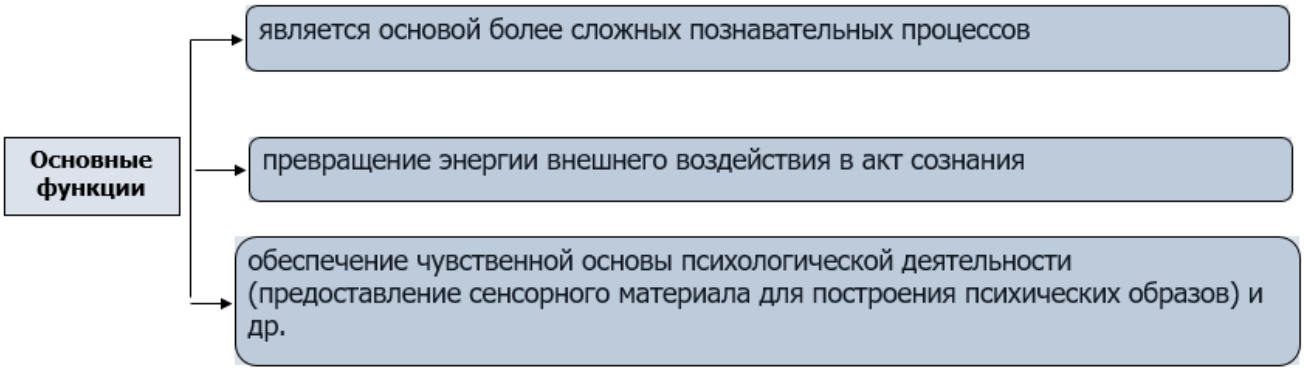
УЧЕБНО-НАГЛЯДНЫЕ ПОСОБИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

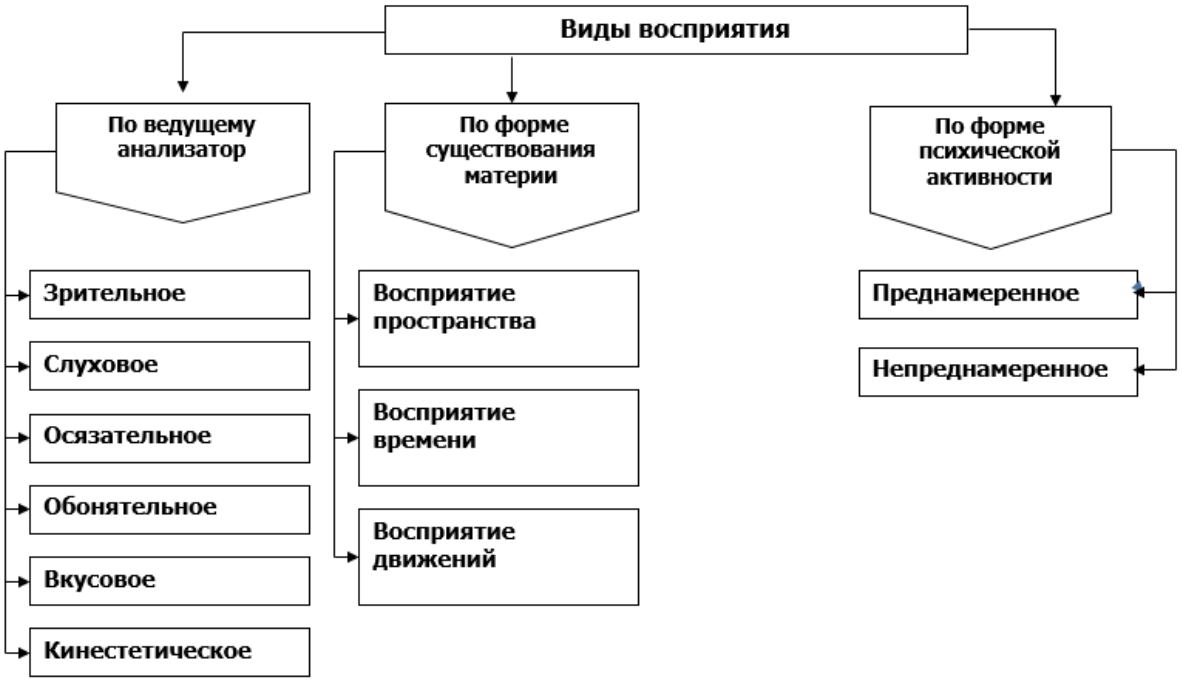
РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

Структура приема информации:



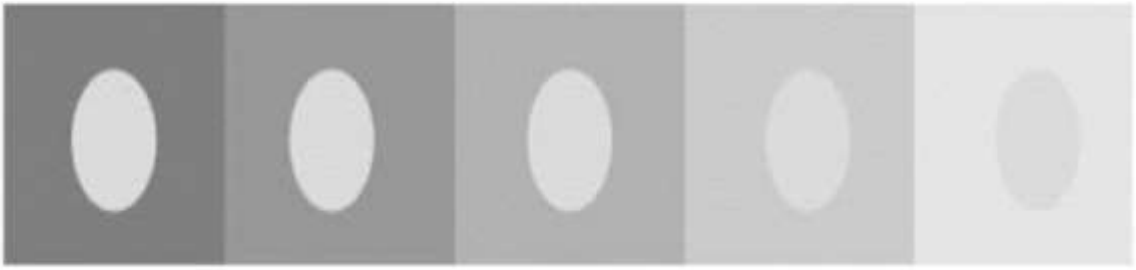
Ощущение – это отражение отдельных свойств предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств.





Иллюзии восприятия

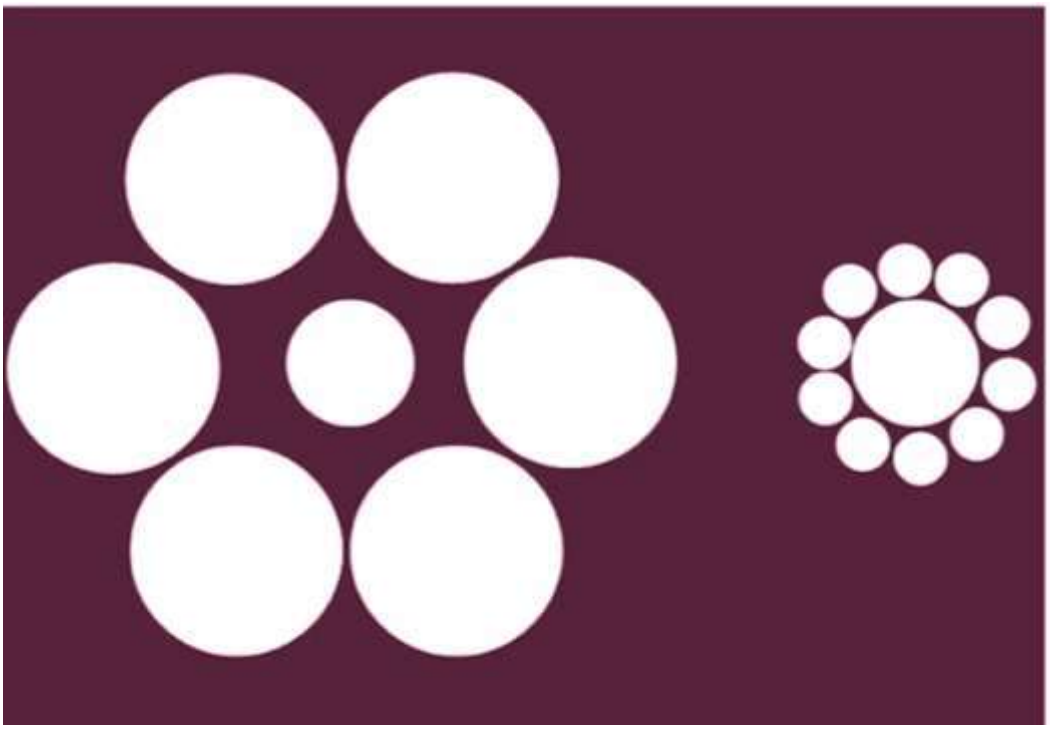
Иллюзии, основанные на физиологических явлениях, возбуждения в сетчатке, за счет действия которой обусловлено восприятие светлых предметов на черном фоне как более крупных, чем объективно равных с ними черных предметов на светлом фоне.



Круги имеют один и тот же оттенок серого

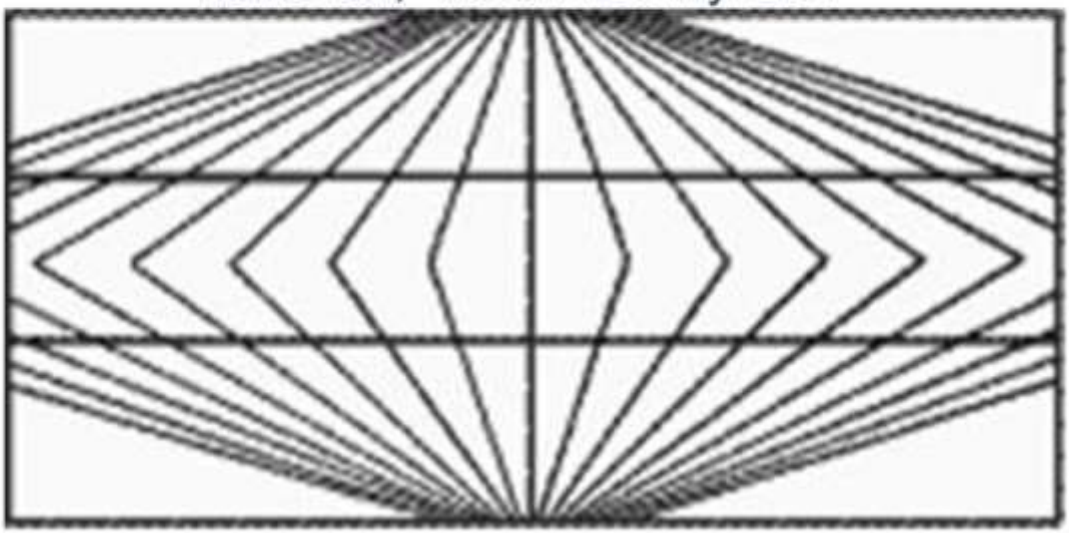
Иллюзия Эббингауза

Иллюзия контраста, при которой один и тот же предмет воспринимается как более крупный среди маленьких фоновых предметов и меньше среди больших фоновых предметов.

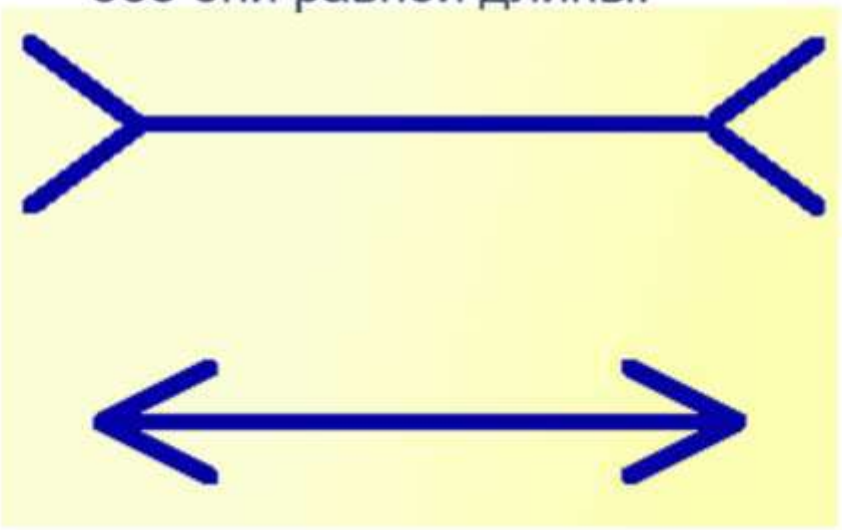


Иллюзия Геринга, или иллюзия веера

Горизонтальные линии прямые и параллельные, хотя и кажется, что они вогнутые.



В иллюзии Мюллера-Лайера прямые линии, заканчивающиеся различно направленными углами, кажутся неодинаковыми по длине. Линия с расходящимися наконечниками кажется длиннее, хотя обе они равной длины.



Виды воображения







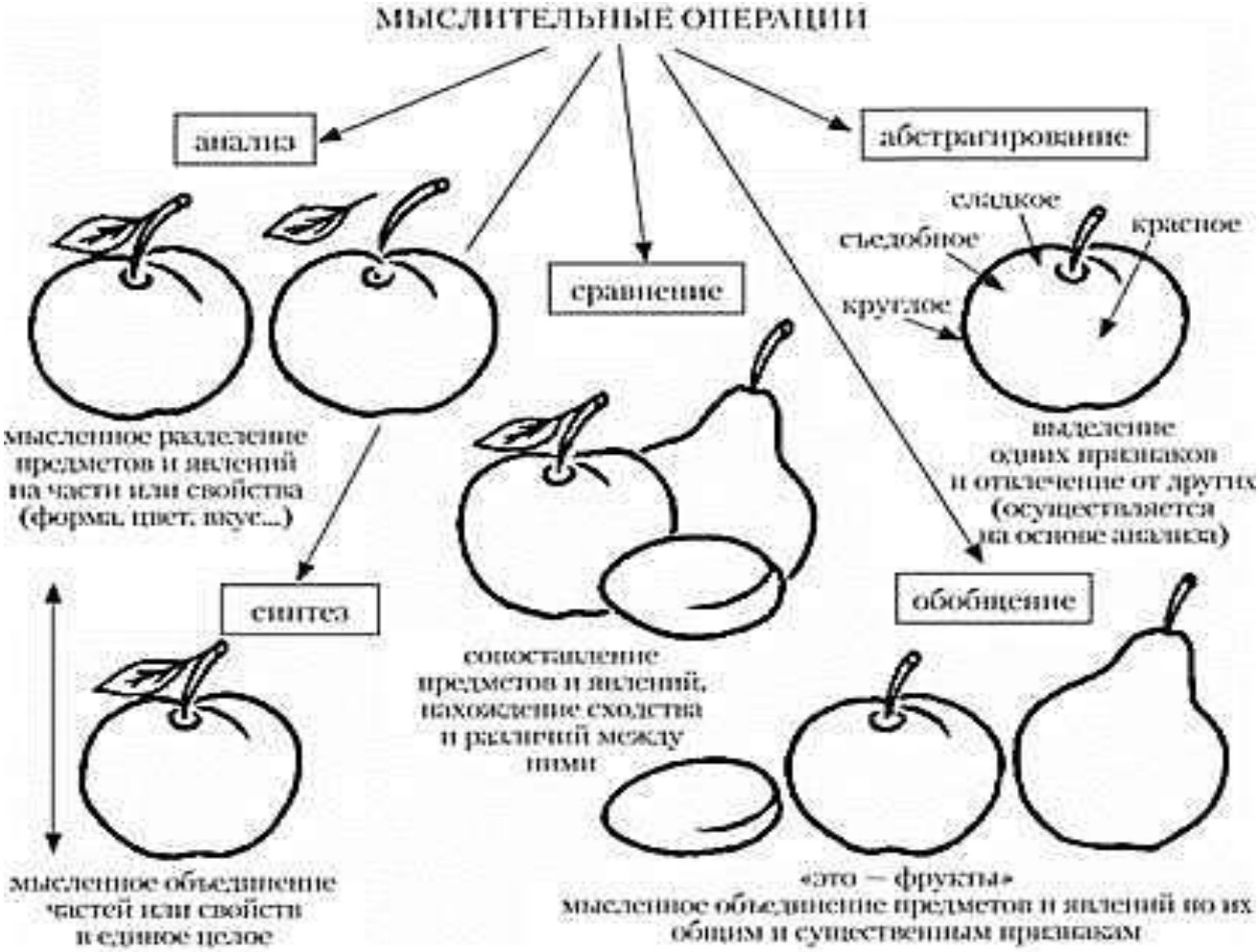
Формы мышления

Понятие

Суждение

Умозаключение

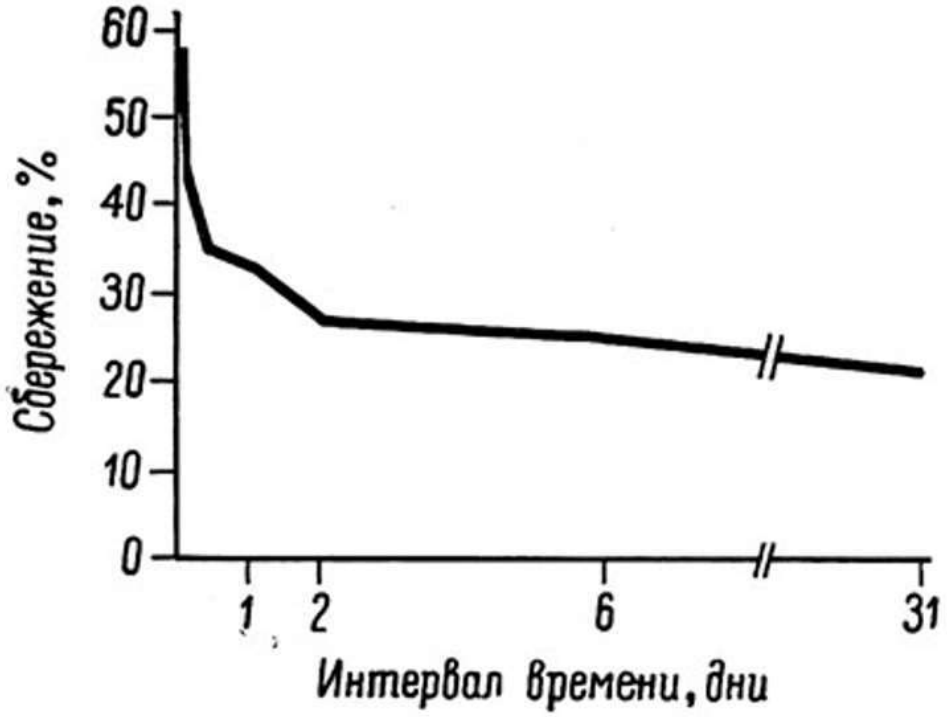

Мыслительные операции
Синтез
Анализ
Сравнение
Обобщение
Абстрагирование
Классификация
Систематизация



АЛГОРИТМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ПАМЯТИ



КРИВАЯ ЗАБЫВАНИЯ



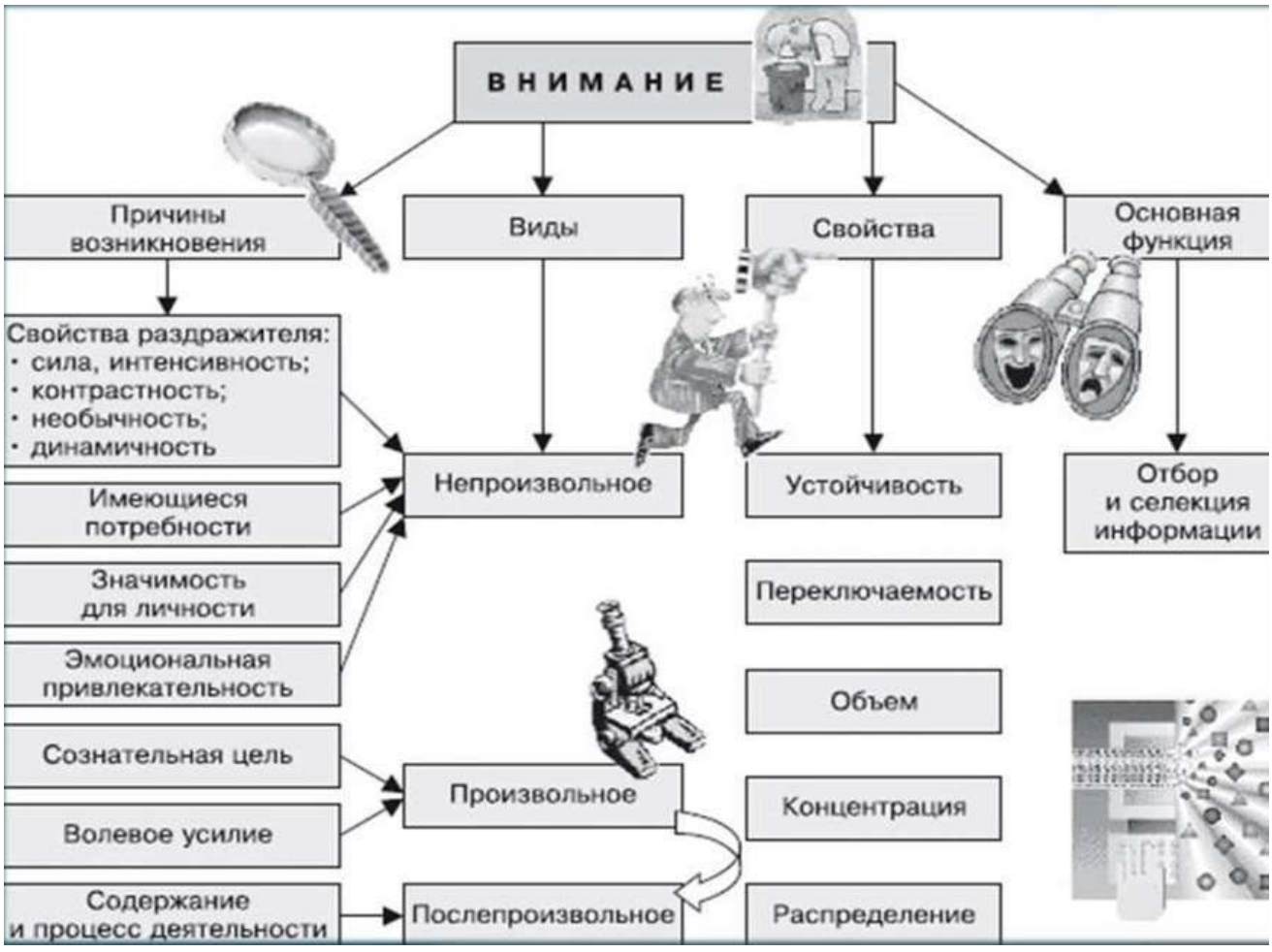


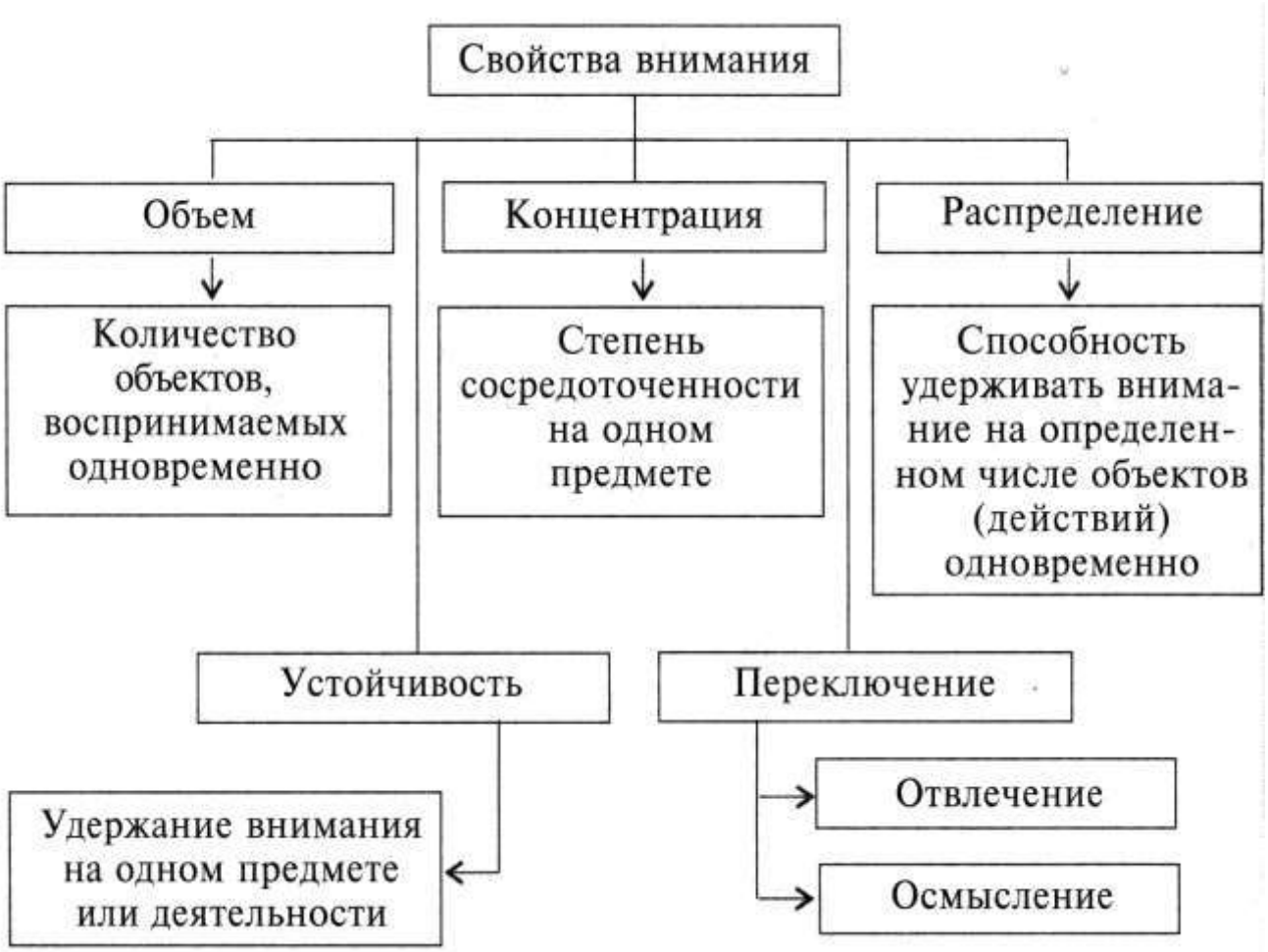
Память — это сложный психический процесс, состоящий из нескольких частных процессов, связанных друг с другом (сохранение, запоминание, узнавание, воспроизведение).

Запоминание — процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений, это предпосылка сохранения.

Сохранение — процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

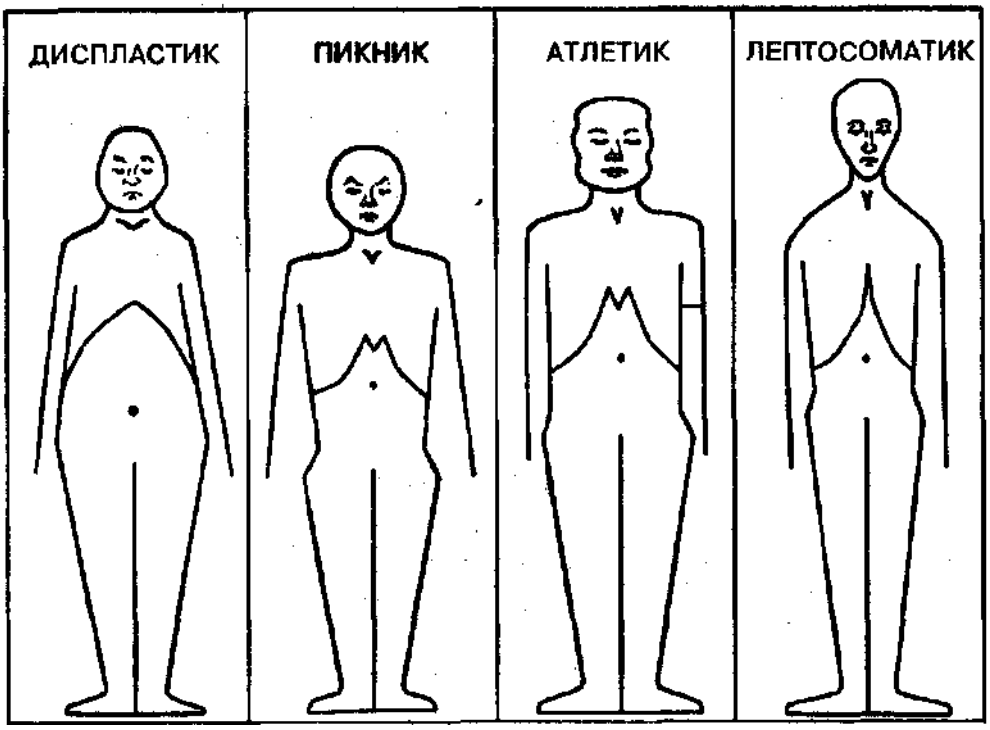
Воспроизведение и узнавание — процессы восстановления прежде воспринятого (узнавание происходит при повторной встрече с объектом, воспроизведение же — в отсутствие объекта).



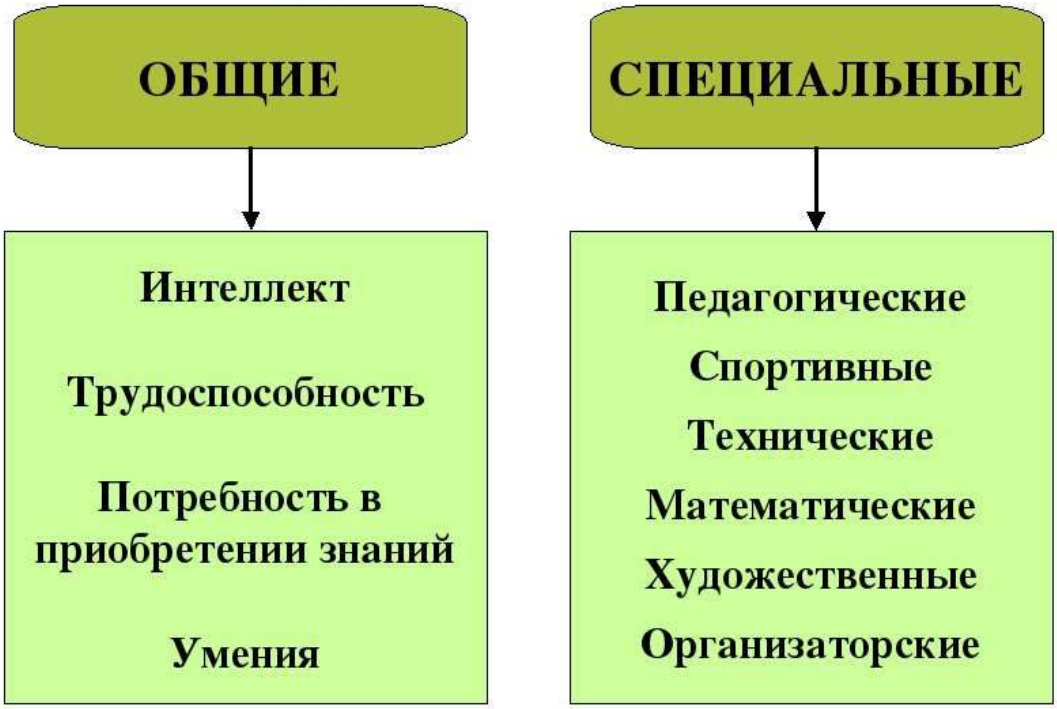


РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА

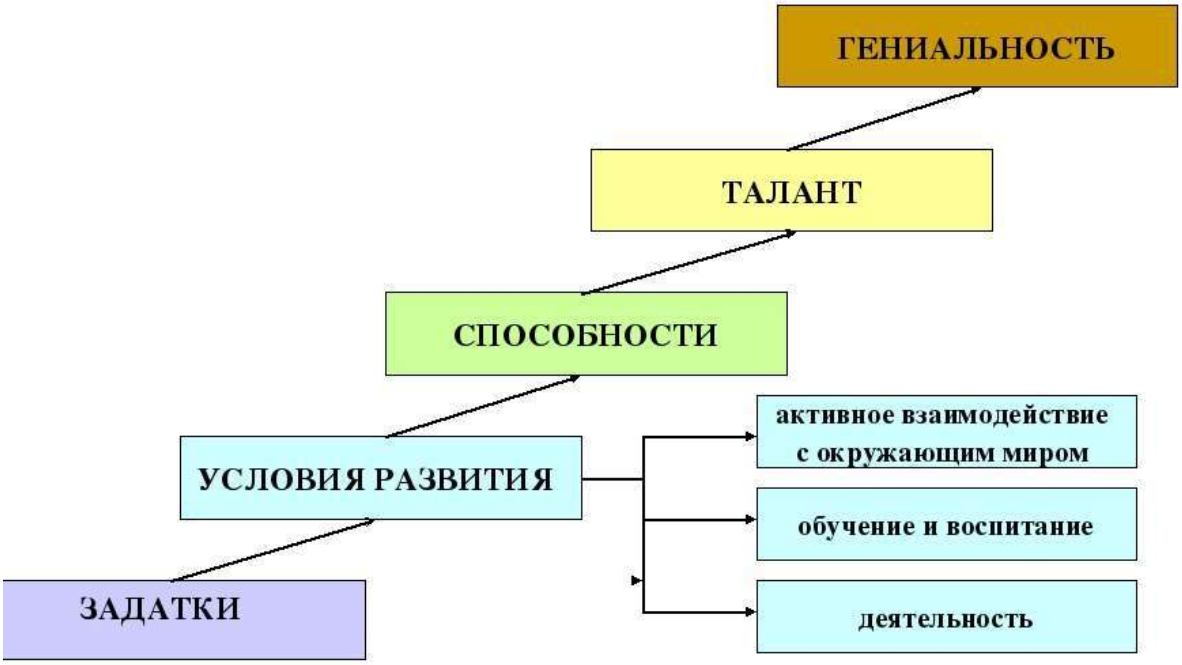
Конституционалъные типы по Э. Кречмеру

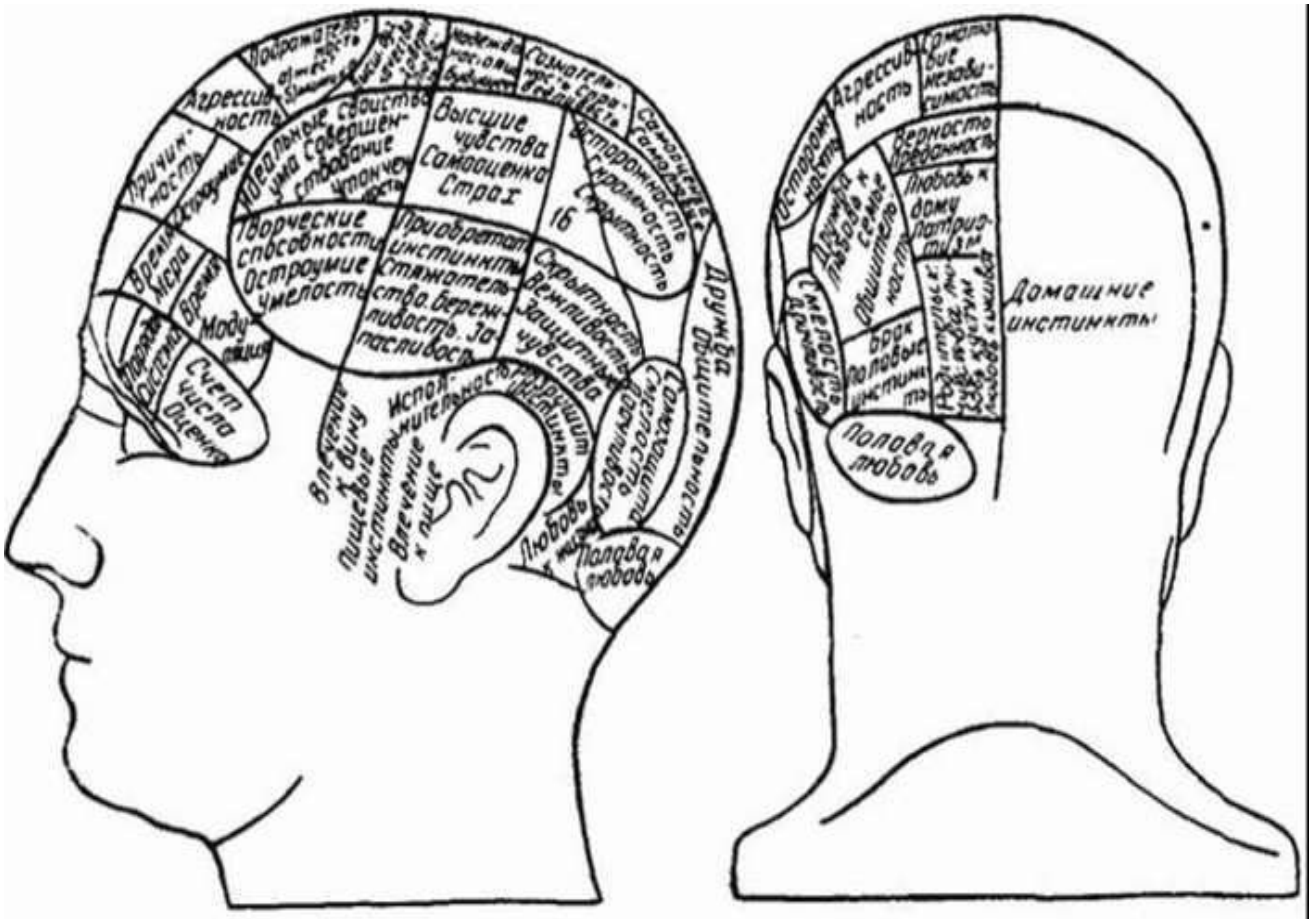


Виды способностей

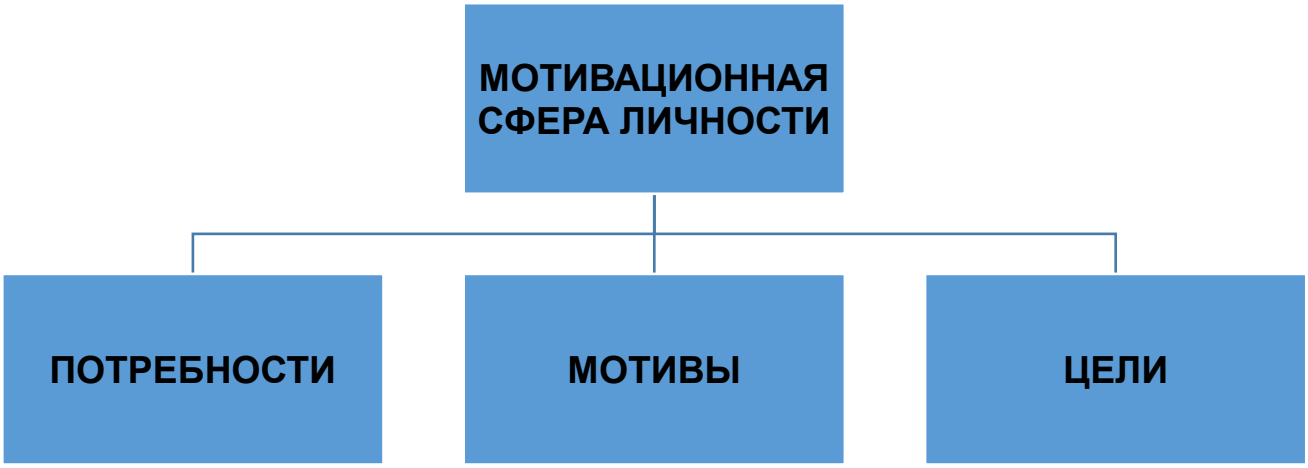


Общая структура способностей





А. Френологическая карта локализации психических способностей.



Иерархическая система потребностей человека, составленная американским психологом А. Маслоу.



Структура волевого процесса (по С.Л.Рубинштейну)

I. Постановка цели и стремление к её достижению

Осознание внутренних мотивов (причин) деятельности и их борьба

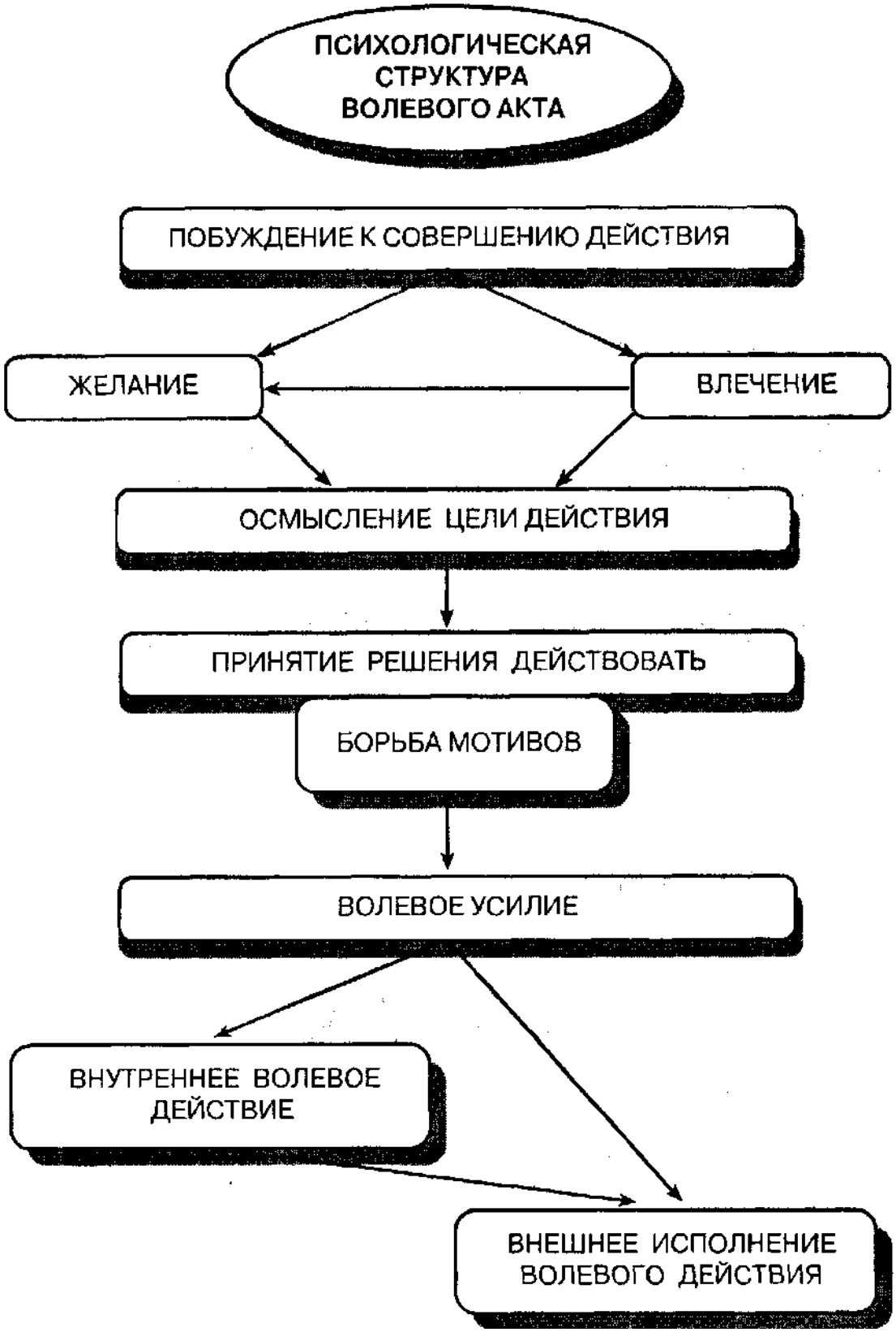
II. Осознание ряда возможностей и выбор средств (способов) для достижения поставленной цели

Появление мотивов, подкрепляющих или опровергающих эти возможности

Борьба мотивов и выбор способов на пути к цели

Принятие одной возможности в качестве версии

III. Осуществление принятого решения (исполнение). Наличие волевого усилия


ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ВОЛЕВОГО АКТА
ПОБУЖДЕНИЕ К СОВЕРШЕНИЮ ДЕЙСТВИЯ
ЖЕЛАНИЕ
ВЛЕЧЕНИЕ
ОСМЫСЛЕНИЕ ЦЕЛИ ДЕЙСТВИЯ
ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ ДЕЙСТВОВАТЬ
БОРЬБА МОТИВОВ
ВОЛЕВОЕ УСИЛИЕ
ВНУТРЕННЕЕ ВОЛЕВОЕ ДЕЙСТВИЕ
ВНЕШНЕЕ ИСПОЛНЕНИЕ ВОЛЕВОГО ДЕЙСТВИЯ

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ

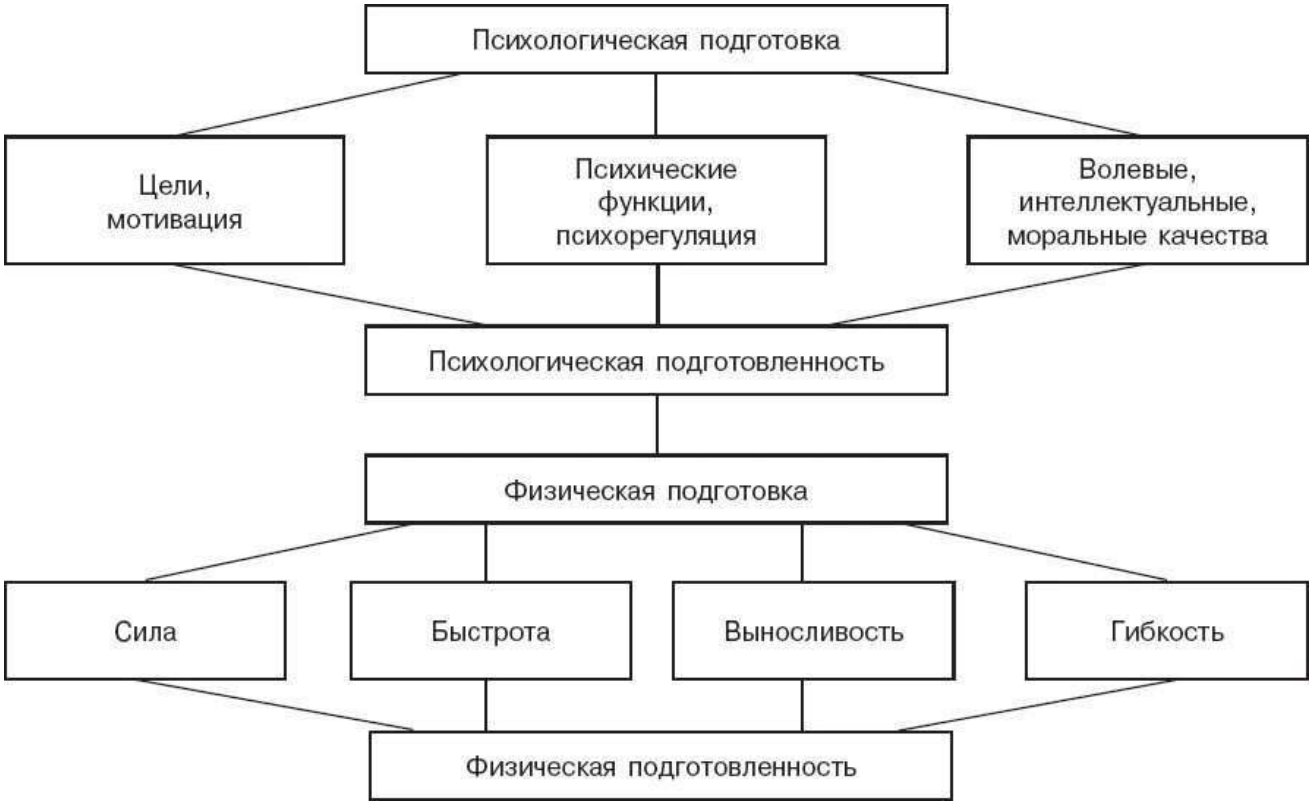




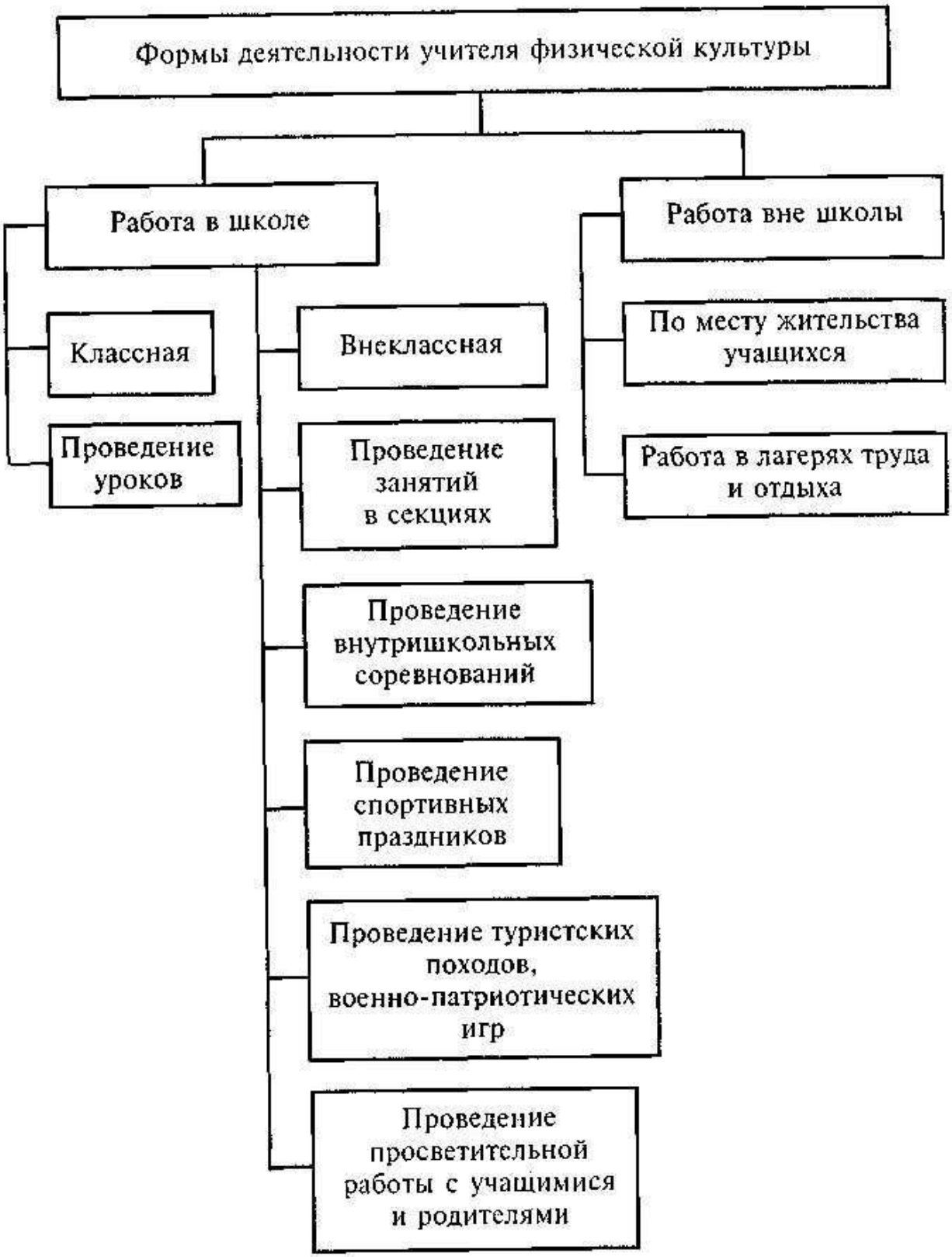
В развитии отечественной спортивной психологии можно выделить три основных этапа

Зарождения	Становления	Современного развития
Характеризуется реализацией методологических и экспериментальных возможностей, заимствованных из общей психологии. В первых работах, заложивших основы становления спортивной психологии, четко прослеживается стремление к описанию особенностей спортивной деятельности с позиции достижений обшей психологии. При этом основной акцент был сделан на описании сложности спортивных действий в эмоциональном, волевом и познавательном плане.	Охарактеризован стремлением ее деятелей к обеспечению практики спортивной деятельности. Разрабатывался широкий круг вопросов, направленных на встраивание психологических достижений в культуру подготовки спортсменов и команд, где наряду с общефизической, специальной, технической, тактической была бы особо выделена психологическая подготовка.	Характеризуется углублением теоретических основ научных исследований, обращением к категориям деятельности и личности спортсмена, особым вниманием к социально-психологическим проблемам спорта, в том числе межличностных отношений, психологии управления.

РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ







ФОРМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (ПО Е.П. ИЛЬИНУ)

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Основы научно-исследовательской деятельности в сфере физической культуры и спорта

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами

(а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных

средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.
4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.
5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;

- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Наука как вид деятельности. Методология науки.
Цели занятия: изучить понятие Науки как вида деятельности. Методологию

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Наука — это непрерывно развивающаяся система знаний объективных законов природы, общества и мышления, получаемых и превращаемых в непосредственную производительную силу общества в результате специальной деятельности людей.

Науку можно рассматривать в различных измерениях:

1) как специфическую форму общественного сознания, основу которой составляет система знаний;

2) как процесс познания закономерностей объективного мира;

3) как определенный вид общественного разделения труда;

4) как один из важных факторов общественного развития и как процесс производства знаний и их использование.

Не всякое знание можно рассматривать как научное. Нельзя признать научными те знания, которые получает человек лишь на основе простого наблюдения. Эти знания играют в жизни людей важную роль, но они не раскрывают сущности явлений, взаимосвязи между ними, которая позволила бы объяснить, почему данное явление протекает так или иначе, и предсказать дальнейшее его развитие.

Правильность научного знания определяется не только логикой, но прежде всего обязательной проверкой его на практике. Научные знания принципиально отличаются от слепой веры, от беспрекословного признания истинным того или иного положения, без какого-либо логического его обоснования и практической проверки. Раскрывая закономерные связи действительности, наука выражает их в абстрактных понятиях и схемах, строго соответствующих этой действительности.

Основным признаком и главной функцией науки является познание объективного мира. Наука создана для непосредственного выявления существенных сторон всех явлений природы, общества и мышления.

Цель науки — познание законов развития природы и общества и воздействие на природу на основе использования знаний для получения полезных обществу результатов. Пока соответствующие законы не открыты, человек может лишь описывать явления, собирать, систематизировать факты, но он ничего не может объяснить и предсказать.

Развитие науки идет от сбора факторов, их изучения и систематизации, обобщения и раскрытия отдельных закономерностей к связанной, логически стройной системе научных знаний, которая позволяет объяснить уже известные факты и предсказать новые.

Путь познания определяется от живого созерцания к абстрактному мышлению и от последнего к практике.

Процесс познания включает накопление фактов. Без систематизации и обобщения, без логического осмысления фактов не может существовать ни одна наука. Но хотя факты — это воздух ученого, сами по себе они еще не наука. Факты становятся составной частью научных знаний, когда они выступают в систематизированном, обобщенном виде.

Факты систематизируют и обобщают с помощью простейших абстракций — понятий (определений), являющихся важными структурными элементами науки. Наиболее широкие понятия называют категориями. Это самые общие абстракции. К категориям относятся философские понятия о форме и содержании явлений, в теоретической экономии — это товар, стоимость и т. д.

Важная форма знаний — принципы (постулаты), аксиомы. Под принципом понимают исходные положения какой-либо отрасли науки. Они являются начальной формой систематизации знаний (аксиомы евклидовой геометрии, постулат Бора в квантовой механике и т. д.).

Важнейшим составным звеном в системе научных знаний являются научные законы, отражающие наиболее существенные, устойчивые, повторяющиеся объективные внутренние связи в природе, обществе и мышлении. Обычно законы выступают в форме определенного соотношения понятий, категорий.

Наиболее высокой формой обобщения и систематизации знаний является теория. Под теорией понимают учение об обобщенном опыте (практике), формулирующее научные принципы и методы, которые позволяют обобщить и познать существующие процессы и явления, проанализировать действие на них разных факторов и предложить рекомендации по использованию их в практической деятельности людей.

Наука включает в себя также методы исследования. Под методом понимают способ теоретического исследования или практического осуществления какого-либо явления или процесса. Метод — это инструмент для решения главной задачи науки — открытия объективных законов действительности. ^ Метод определяет необходимость и место применения индукции и дедукции, анализа и синтеза, сравнения теоретических и экспериментальных исследований.

Любая научная теория, объясняя характер тех или иных процессов действительности, всегда связана с определенным частным методом исследования. Опираясь на общие и частные методы исследования, ученый получает ответ на то, с чего надо начинать исследования, как относиться к фактам, как обобщать, каким путем идти к выводам.

В настоящее время все большее значение приобретает в качестве общего математический метод исследования, т.е. метод количественного изучения явлений и процессов. Это обусловлено бурным развитием кибернетики, вычислительной математики и ЭВМ.

Когда ученые не располагают достаточным фактическим материалом, то в качестве средства достижения научных результатов они используют гипотезы — научно обоснованные предположения, выдвигаемые для объяснения какого-либо процесса, которые после проверки могут оказаться истинными или ложными. Гипотеза часто выступает как первоначальная формулировка, черновой вариант открываемых законов.

Характерной особенностью современной науки является то, что она превращается в сложный и непрерывно растущий социальный организм, в наиболее динамичную, подвижную, производительную силу общества.

Развитие науки становится теперь исходным пунктом для революционирования практики, для создания новых отраслей производства. Наука становится производительной силой общества, что проявляется в глубоких изменениях во взаимоотношениях науки и производства.

Во-первых, многие новые виды производства и технологические процессы первоначально зарождаются в недрах науки, научно-исследовательских институтах. Развитие атомной энергетики, химической технологии, получение сверхтвердых материалов — всех это хорошая иллюстрация к сказанному.

Во-вторых, сокращаются сроки между научным открытием и его внедрением в производство. Раньше со времени научного открытия или изобретения, например фотографии, электричества до их практического применения проходили десятилетия, сейчас же со дня открытия лазера до его освоения практикой прошло всего несколько лет. Это можно сказать и об атомной энергетике, о полупроводниках и пр.

В-третьих, в самом производстве успешно развиваются научные исследования, растет сеть научных учреждений в промышленности и сельском хозяйстве. Развивается творческое содружество ученых с инженерами и рабочими. Предприятия перерастают в научно-промышленные комплексы.

В-четвертых, резко поднялся профессиональный уровень рабочих, ИТР, что позволяет им широко использовать научные знания в процессе производства. Массовое движение изобретателей и рационализаторов — важная форма сближения науки с производством.

Наука является общественной по своему происхождению, развитию и использованию. Всякое научное открытие есть труд всеобщий, в каждый данный момент времени наука выступает как суммарное выражение человеческих успехов в познании мира. Поэтому она по-настоящему эффективно может использоваться только с появлением общественного характера производительных сил, с развитием общественного труда и производства в большом масштабе.

Существует три группы основных возможностей повысить эффективность науки и научно-технического прогресса.

Возможности одной группы находятся в сфере непосредственной творческой деятельности исследователей и состоят в повышении методологического уровня научной работы, в выдвижении новых, более глубоких идей, в освоении перспективных методов исследований.

Возможности второй — в сфере управления научным процессом и состоят в создании наиболее благоприятных условий для плодотворного труда всех категорий работников науки и по всему спектру современного научного процесса.

Возможности третьей заключаются в совершенствовании социального, прежде всего экономического, механизма, способствующего быстрейшему освоению научных результатов производством и общественной практики в целом.

5. Формулирование цели и задач исследования

Каждое научное исследование после выбора темы начинают с тщательного изучения научно-технической информации.

Цель поиска, проработки, анализа информации — всестороннее освещение состояния вопроса по теме, уточнение ее (если это необходимо), обоснование цели и задач научного исследования.

Для ускорения поиска необходимо прибегнуть к помощи Украинского научно-исследовательского института НТИ, а также региональных центров НТИ и областных НТИ.

В зависимости от оснащенности организации поиск производят самостоятельно (ручной способ, по перфокартам) или механизировано-автоматизированным отбором с привлечением специалистов НТИ.

Следует уделить внимание изучению различных литературных источников как в оригинале, так и по переводным изданиям. Анализ иностранной информации позволит исключить дублирование по исследуемой теме. Это требует от научного работника знания одного или двух иностранных языков (предпочтительны английский, немецкий, французский).

Без личного ознакомления с оригиналом или квалифицированным переводом базироваться на литературном анализе иностранной информации других авторов не рекомендуется, поскольку каждый автор

прорабатывает литературу применительно к своей теме исследования. Решение этого вопроса в последнее время упрощается, поскольку из ЦНИИПИ и ВИНИТИ можно получать обзоры, новости техники, экспресс-информацию по зарубежным исследованиям с высоким качеством переводов. Кроме непосредственно относящейся к теме информации, необходимо проработать основную литературу по родственным специальностям.

Так, при разработке темы по обоснованию режимов профилактических работ автомобилей, нужно проработать литературу по вопросам обоснования режимов профилактики железнодорожного, авиационного и других видов транспорта.

Очень важно ознакомиться с циклом дисциплин, близких к теме, анализ которых может быть полезен при разработке отдельных вопросов темы. Например, при разработке режимов профилактики автомобильной техники полезно ознакомиться с вопросами по физике (физика твердых тел, диффузия жидкости, газов и паров и т. д.), прикладной механике (анализ нагрузок, напряжений, деформаций) и др.

Для всестороннего анализа информационного материала необходимо ознакомиться с тематикой научных исследований, которые проводятся в автомобильно-дорожных вузах и факультетах, в отраслевых НИИ автомобильного транспорта. Прорабатывая архивный материал этих организаций, нужно делать записи лишь необходимого по теме материала с указанием номера отчета, года, темы, исполнителей.

На стадии сбора и анализа информации полезны командировки в проектные учреждения, особенно на крупные передовые предприятия. Такие командировки позволяют выяснить, в какой степени исследуемая тема решается на производстве, на какие стороны темы следует обратить особое внимание, какие вопросы представляют первоочередной практический интерес. Желательно иметь мнение производственных коллективов по теме научного исследования.

После сбора литературных, архивных, производственных и других информационных данных и их обобщения полезно узнать мнение крупных ученых. Они могут оказать существенную помощь в разработке темы и определении объема собираемой информации.

Таким образом, научный работник, прорабатывая тему, накапливает большое количество различной информации. В зависимости от наименования и научной значимости темы объем информации может достигать 100—200 наименований и более.

Для эффективного анализа этой информации необходимо знать методы ее учета, проработки и анализа.

Учет проработанной информации сводится к составлению библиографии. Библиография — это перечень различных информационных документов с указанием следующих определенных данных: фамилия и инициалы автора, название источника, место издания, издательство, год издания, объем источника в страницах. Например: Несвитский Я. И. Техническая эксплуатация автомобилей. — К.: Вища шк., 1971. — 342с.

Библиографический перечень составляют в алфавитном порядке по фамилиям авторов (для ускорения поиска нужной информации). Проработка информации сводится к ее изучению и запоминанию. Их нужно не только понять, но и запомнить текст на тот или иной период. Каждый научный работник должен владеть искусством запоминания.

Существуют различные способы запоминания.

Механический — основан на многократном повторении и заучивании прочитанного. При таком запоминании ("зазубривании") отсутствует логическая связь между отдельными элементами. Этот способ наименее эффективен, он применим для ограниченных случаев — запоминание дат, формул, цитат, иностранных слов и др.

Установлено, что тренировка памяти многочисленными повторениями малоэффективна. Память должна базироваться не на формальном восприятии, а на активной мыслительной деятельности прорабатываемой информации. Запомнить — значит мыслить. Это основа эффективности памяти, повышение производительности умственного труда.

Логически-смысловой способ основан на запоминании логических связей между отдельными элементами. При чтении необходимо понять не отдельные элементы, а весь текст в целом, его смысл, направленность, значение. Часто достаточно быстро прочесть текст один раз, чтобы его запомнить. Однако при этом особое внимание необходимо уделять логическим связям. Логически-смысловой способ запоминания во много раз эффективнее механического.

Произвольный способ запоминания основан на применении различных мнемонических приемов. Наиболее распространен выборочный мнемонический прием. Перед проработкой информации задаются целью — запомнить лишь конкретный материал (в зависимости от прорабатываемой цели), например, технологическую последовательность диагностирования рулевого управления автомобиля и т. д. Такая направленность, установка упрощает запоминание интересующего нас материала. Иным мнемоническим приемом является временная направленность, т. е. потребная продолжительность запоминания. Так, студент силой воли заставляет себя запомнить больше материала на короткий срок с целью сдать экзамен.

Обычно такой материал хранится в памяти короткий срок. Научный работник заставляет себя надолго запомнить материал, который хранится в памяти весь период разработки темы.
Этот метод основан на формуле: какая направленность (установка), такое и запоминание. Он эффективен лишь при использовании логико-смыслового приема.
Непроизвольный способ основан на случайном запоминании (без намерения, установки) отдельных фрагментов текста, обусловленном возникшими эмоциями в процессе чтения.
Мы запоминаем полно и надолго не только тогда, когда этого хотим, но и тогда, когда нет такого желания, что случается при активном, творческом чтении.
Текст хранится в памяти определенное время. Постепенно он начинает забываться. Вначале после восприятия информации процесс забывания происходит наиболее быстро, со временем темп его замедляется. Так, в среднем через один день теряется около 23—25% заученного, через пять дней — около 35% и через десять дней — 40%.
Повторение — один из эффективных способов запоминаний. Повторение бывает пассивным (перечитывается несколько раз) и активным (перечитывается с пересказом). Второй способ более эффективный, в нем сочетается заучивание и самоконтроль. Иногда полезно совмещать активное повторение с пассивным.
Чтобы лучше запомнить, нужно правильно выбрать время для повторения. Учитывая характер заях нужно не только понять, но и запомнить текст на тот или иной период. Каждый научный работник должен владеть искусством запоминания.
Существуют различные способы запоминания.
Механический — основан на многократном повторении и заучивании прочитанного. При таком запоминании ("зазубривании") отсутствует логическая связь между отдельными элементами. Этот способ наименее эффективен, он применим для ограниченных случаев — запоминание дат, формул, цитат, иностранных слов и др.
Установлено, что тренировка памяти многочисленными повторениями малоэффективна. Память должна базироваться не на формальном восприятии, а на активной мыслительной деятельности прорабатываемой информации. Запомнить — значит мыслить. Это основа эффективности памяти, повышение производительности умственного труда.
Логически-смысловой способ основан на запоминании логических связей между отдельными элементами. При чтении необходимо понять не отдельные элементы, а весь текст в целом, его смысл, направленность, значение. Часто достаточно быстро прочесть текст один раз, чтобы его запомнить. Однако при этом особое внимание необходимо уделять логическим связям. Логически-смысловой способ запоминания во много раз эффективнее механического.
Произвольный способ запоминания основан на применении различных мнемонических приемов. Наиболее распространен выборочный мнемонический прием. Перед проработкой информации задаются целью — запомнить лишь конкретный материал (в зависимости от прорабатываемой цели), например, технологическую последовательность диагностирования рулевого управления автомобиля и т. д. Такая направленность, установка упрощает запоминание
Иным мнемоническим приемом является временная направленность, т. е. потребная продолжительность запоминания. Так, студент силой воли заставляет себя запомнить больше материала на короткий срок с целью сдать экзамен. Обычно такой материал хранится в памяти короткий срок. Научный работник заставляет себя надолго запомнить материал, который хранится в памяти весь период разработки темы.
Этот метод основан на формуле: какая направленность (установка), такое и запоминание. Он эффективен лишь при использовании логико-смыслового приема.
Непроизвольный способ основан на случайном запоминании (без намерения, установки) отдельных фрагментов текста, обусловленном возникшими эмоциями в процессе чтения.
Мы запоминаем полно и надолго не только тогда, когда этого хотим, но и тогда, когда нет такого желания, что случается при активном, творческом чтении.
Текст хранится в памяти определенное время. Постепенно он начинает забываться. Вначале после восприятия информации процесс забывания происходит наиболее быстро, со временем темп его замедляется. Так, в среднем через один день теряется около 23—25% заученного, через пять дней — около 35% и через десять дней — 40%.
Повторение — один из эффективных способов запоминаний. Повторение бывает пассивным (перечитывается несколько раз) и активным (перечитывается с пересказом). Второй способ более эффективный, в нем сочетается заучивание и самоконтроль. Иногда полезно совмещать активное повторение с пассивным.

Чтобы лучше запомнить, нужно правильно выбрать время для повторения. Учитывая характер, каждый источник должен быть тщательно проработан. Поэтому очень важно уметь работать над книгой. Чтение, проработка информации — нелегкое дело.

Первым условием эффективной проработки документов является установка, т. е. цель чтения, направленность. Она активизирует мышление, повышает память, помогает понять читаемое, делает восприятие более точным. Этот психологический фактор требует от работника заранее создать определенное настроение для осмысливания читаемого, настроить себя "на определенную волну".

Проработка научно-технической информации требует творческого подхода, для чего необходимо вдохновение. Оно повышает эффективность проработки информации. Но даже если нет вдохновения, нужно усилием воли заставить себя работать над книгой творчески.

Внимание, сосредоточенность над текстом во многом определяют качество проработки информации.

В процессе чтения действуют различные раздражители — музыка, шум, разговоры, собственные мысли и пр. Они независимо от воли человека действуют на центральную нервную систему, ухудшают условия мышления. При определенном уровне шума наше внимание отвлекается, быстрее наступает утомление и качество усвоения информации существенно ухудшается.

Поэтому, чтобы повысить работоспособность умственного труда, различные помехи следует устранить. Некоторые читатели полагают, что шум, музыка им не мешают. Это не совсем так. Если помехи и не замечаются сознанием, то их фиксирует нервная система. Особо заметна роль помех при проработке сложной НТИ.

Вместе с тем, как показывают психологические опыты, работа в полной изоляции от внешней среды также не оптимальна. В качестве помех в таких случаях являются собственные мысли, отвлечения. Без напряжения мысли и воображения эффективность проработки информации снижается.

Самостоятельность труда — важный фактор работы над информацией. Каждая страница должна быть неторопливо проанализирована, обдумана применительно к поставленной цели. Только вдумчивый, самостоятельный анализ прочитанного позволит убедиться в своих суждениях, закрепить мысль, понятие, представление.

Очень важным фактором при проработке литературы является настойчивость и систематичность. Часто, особенно при чтении сложного нового текста четко осмыслить его с первого раза невозможно. Приходится читать и перечитывать, добиваясь полного понимания изложенного.

Последовательное, систематическое чтение улучшает усвоение прорабатываемого материала. Отвлечение срывает, расстраивает логически настроенную мысль, приводит к утомлению.

Систематическое усидчивое чтение по плану, с обдумыванием и анализом прочитанного намного производительнее бессистемного чтения.

Производительность проработки информации существенно зависит от умственной работоспособности. Последняя — от умения правильно распределить свою работу во времени, умело использовать физиологические перерывы. После 1—2 часов работы рекомендуется делать перерывы на 5—7 минут, физические упражнения, обтирание тела и лица водой или усиленное глубокое дыхание. Все это стимулирует центральную нервную систему и повышает работоспособность. Иногда при чтении полезно отключиться на 2 —3 минуты.

Прорабатывая текст, необходимо добиваться, чтобы каждое место было понятно. В отдельных случаях, материал лучше повторить в день чтения или же на следующий день, а затем повторять только периодически и лишь то, что представляет наибольший интерес. Небольшой по объему текст лучше повторить полностью. Большие тексты вначале осваивают в целом, затем повторяют особо трудные фрагменты.

Неотъемлемым требованием проработки НТИ является запись прочитанного. Она позволяет лучше его понять и усвоить; удлинить процесс восприятия информации, следовательно, лучше запомнить; восстановить в памяти забытое; развить мышление, проанализировать текст; отобрать наиболее важные фрагменты информации для разрабатываемой темы.

Однако запись требует дополнительного времени. Часто ее выполняют неправильно. Так, очень краткая запись объединяет проработанную информацию. Наоборот, излишняя подробность в записи означает не только трату времени, но и неумение понять и отразить главное. Иногда при записи основное подменяется второстепенным или искажается смысл текста. Поэтому очень важно уметь правильно записать проработанный текст.

Прорабатывая НТИ, применяют выписки, аннотации, конспекты.

Выписки — краткое (или полное) содержание отдельных фрагментов (разделов, глав, параграфов, страниц) информации. Ценность выписок очень высока. Они могут заменить сплошное конспектирование текста; краткость их позволяет в малом объеме накопить большую информацию. Удачно отобранная выписка может быть основой для дальнейшей мыслительной, творческой деятельности научного работника.

Аннотация — это сжатое содержание первоисточника. Аннотации составляют на данный документ информации в целом. Их удобно накапливать на отдельных картах по различным вопросам прорабатываемой темы. С помощью аннотаций можно быстро восстановить в памяти текст.
Конспекты — это подробное изложение содержания информации. Главное в составлении конспекта — это уметь выделить рациональное зерно применительно к разрабатываемой теме. Конспект должен быть содержательным, полным и по возможности кратким. Полнота записи означает не объем, а все то, что является главным в данной информации.
Для того чтобы конспект был кратким, необходимо текст составлять своими силами, что требует осмысливания, анализа прочитанного, следовательно, приносит большую пользу. При этом следует применять сокращение слов, но так, чтобы не был потерян смысл. Не рекомендуется, например, сокращать подряд несколько слов. В сокращенном тексте следует сохранить все знаки препинания. Эффективно каждому научному работнику иметь свой словарь сокращений.
Конспект должен быть правильно оформлен. Каждое произведение желательно законспектировать в отдельной тетради. Запись необходимо вести только с одной стороны листа с полями около 1/4 ширины листа. Текст должен иметь абзацы и иерархическое деление на пункты 1, 2, 3,.. и а, б, в, г,... Для выделения главных мыслей нужно применять подчеркивание сплошной или пунктирной линией.
Иногда конспект необходимо дополнить новым материалом, своими предложениями, анализом и т. д. По тексту ставят номера, которыми отмечают соответствующие дополнения на полях или обратной (чистой) странице листа.
Существуют два способа составления конспектов.
Первый — подобранная информация по данной теме прорабатывается последовательно. Вначале составляют конспект на каждую информацию, а затем все объединяют в одно обзорное произведение. Хотя этот способ наиболее распространен, однако он недостаточно эффективен, т. к. требует большой затраты времени;
Второй — выборочный. Подобранную для проработки информацию располагают в ряд по степени полноты, актуальности, новизны. Вначале прорабатывают самую полную современную информацию с высоким научным уровнем. С помощью оглавления составляют полный план темы. Далее приступают к беглой проработке менее важной, второстепенной информации, дополняя ею план основного первоисточника. В случае повторения второстепенную информацию опускают. Второй способ сокращает время на подготовку обобщенного конспекта.
Анализ прорабатываемой информации — одна из важнейших задач.
Всю информацию необходимо классифицировать и систематизировать. Источники можно систематизировать в хронологическом порядке или по тематике анализируемых вопросов.
В первом случае всю информацию по теме систематизируют по этапам. Для этого целесообразно в истории разработки данной темы выделить научные этапы, которые характеризуются качественными скачками.
На каждом этапе литературные источники нужно подвергнуть тщательному критическому анализу. Для этого необходимо иметь определенную эрудицию, уровень знаний. При таком критическом анализе различные идеи, факты, теории сопоставляют друг с другом. Ценным является умение научного работника установить этап в истории исследуемого вопроса, определить рубеж, после которого в данной теме появились идеи, качественно изменившие направление исследований.
В процессе активного анализа возникают собственные соображения и мнения, выявляются наиболее актуальные вопросы, подлежащие исследованию в первую и вторую очередь, формируются представления. Все это постепенно формирует фундамент будущей гипотезы научного исследования.
Бывают случаи, когда в процессе аналитического обзора научный работник лишь перечисляет авторов и приводит аннотации их работ, не высказывая при этом своего мнения. Такой пассивный, формальный обзор информации совершенно недопустим.
Иным вариантом анализа является тематический. Весь объем информации систематизируют по вопросам разрабатываемой темы. При этом рассматривают последние издания НТИ, по возможности монографии, в которых подведен итог исследований по данному вопросу. Дополнительно выборочно анализируют источники, представляющие особый интерес.
Второй вариант обзора более простой, его чаще применяют, он требует меньше затрат времени. Однако он менее полно позволяет проанализировать имеющуюся по теме информацию.
Руководящей идеей всего анализа информации должно быть обоснование актуальности и перспективности предполагаемой цели научного исследования.
Каждый источник анализируют с точки зрения исторического научного вклада в решение и развитие данной темы. При этом тщательно разбирают роль теории эксперимента и ценность производственных рекомендаций.

По результатам проработки информации делают методологические выводы, в которых подводят итог критического анализа. В выводах должны быть освещены следующие вопросы: актуальность и новизна темы; последние достижения в области теоретических и экспериментальных исследований по теме, важнейшие наиболее актуальные теоретические и экспериментальные задачи, а также производственные рекомендации, подлежащие разработке в данный момент; техническая целесообразность и экономическая эффективность этих разработок.

На основе указанных выводов формулируют в общем виде цель и конкретные задачи научного исследования. Обычно количество задач, подлежащих исследованию по теме одним научным работником, колеблется от 3 до 8. При этом важная роль принадлежит научному руководителю. Он ограничивает и направляет поиск, помогает разобраться (особенно начинающему научному работнику) в огромном потоке информации, отбросить второстепенные источники.

Тема лекционного занятия: Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре.

Цели занятия: познакомить студентов с учебной, научной и методической деятельностью в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Научное исследование начинается с выбора темы и определения задач исследования. Тема должна быть актуальна, т.е. представлять научный интерес.

Исследователь должен представлять конечный результат работы (рабочая гипотеза темы). Когда выбрана тема, большое значение приобретает правильный подход к проблеме, определение отдельных задач и методов исследования. Это сложный вопрос, требующий длительного и тщательного продумывания. От поставленных задач зависит выбор методов, последовательность их применения и соответствующая организация исследования. В начале задачи определяются ориентировочно и кратко перечисляются, далее они будут уточнены, расширены или сужены, приобретут более точную формулировку.

Схема исследования

Анализ литературы и практики

Тематический подбор литературы

Выбор темы

Ведение дневника исследования

Формулировка названия

Разработка гипотезы

Подбор исследуемых

Выбор методов исследования

Подготовка помощников

Заготовка документов

Организация условий

Сбор материала

Обработка материала

Внедрение в практику

После выбора темы начинается первый этап исследования – этап изучения литературы и обобщения передового опыта. Исследователь изучает специальную и смежную литературу по интересующему вопросу, проводит беседы и анкетный опрос.

Второй этап – теоретический анализ полученных данных в результате изучения литературы и знакомства с передовым опытом. После изучения состояния вопроса выдвигается рабочая гипотеза – логическое предположение исследователя по решению определенной проблемы. Конкретизируются задачи, определяются организационные формы работы и методы для объективного решения задач, уточняется план исследования.

Третий этап – этап экспериментальной работы. Здесь детально продумываются организационные вопросы: контингент и число испытуемых, время и место исследования, научная аппаратура, инвентарь. Заготавливаются анкеты и протоколы. На этом этапе проводится вся экспериментальная работа.

Четвертый этап – анализ полученных данных, определение выводов и разработка предложений и рекомендаций для внедрения в практику.

План работы составляется по следующей схеме:

1. Обоснование выбора темы. Указывается причина выбора темы, степень ее разработки, точка зрения автора, что автор собирается делать, что новое в результате исследования он предполагает внести и какое это будет иметь значение для практики.
2. Цель и основные задачи исследования.
3. Методы исследования. Называются методы, с помощью которых будут решаться поставленные задачи.
4. Организация работы. Указывается контингент, число испытуемых, время проведения исследования, база, аппаратура.

Этапы и календарные сроки работы. Определяются сроки выполнения отдельных частей работы с учетом всех обстоятельств и материально-организационных возможностей.

Тема лекционного занятия: Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации. Этапы научно-исследовательской работы.

Цели занятия: изучить направление и планирование научного исследования, этапы научно-исследовательской работы**.**

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Каждая научно-исследовательская работа имеет свои структурные единицы. Это проблема, тема, актуальность темы, цель, задачи, объект и предмет исследования, гипотеза, новизна исследования, практическое значение, выводы, заключение.

Чтобы правильно подойти к исследованию, надо выделить проблему. Ее часто отождествляют с вопросом. В основном это верно. Каждая проблема — это вопрос. Но не каждый вопрос — это проблема. Поставить проблему, значит выйти на эту границу. Проблема возникает тогда, когда старое знание показало свою несостоятельность, а новое еще не приняло развернутой формы. В связи с этим научная проблема — это противоречивая ситуация, требующая разрешения.

После обоснования проблемы и установления ее структуры определяется тема научного исследования, которая должна быть актуальной (то есть важной, требующей скорейшего разрешения).

Актуальность темы исследования — это степень ее важности в данный момент и в данной ситуации для решения данной проблемы, вопроса или задачи. Освещение актуальности не должно быть многословным. Начинать ее характеристику издалека нет необходимости. Для студенческой научно-исследовательской работы достаточно полстраницы машинописного тек-

ста, где показано главное. Можно назвать два основных направления характеристики актуальности в педагогических исследованиях, к которым относятся исследования в области физического воспитания и спорта. Первое связано с неизученностью выбранной темы. В данном случае исследование актуально именно потому, что определенные аспекты темы изучены не в полной мере и проведенное исследование направлено на преодоление этого пробела. Второе направление связано с возможностью решения определенной практической задачи на основе полученных в исследовании данных. Одно из этих направлений либо то и другое вместе обычно фигурируют при характеристике этого элемента понятийного аппарата научного исследования.

Цель — это то, что мы хотим получить при проведении исследования, некоторый образ будущего.

Задачи исследования — это те исследовательские действия, которые необходимо выполнить для достижения поставленной в работе цели, решения проблемы или для проверки сформулированной гипотезы исследования. Это обычно делается в форме перечисления (изучить, описать, выявить, определить и т. п.). Решению каждой конкретной задачи в работе исследователя может быть посвящена целая глава или параграф.

Обязательным элементом является указание на методы исследования, которые служат инструментом в добывании фактического материала, являясь необходимым условием достижения поставленной в работе цели, и далее дается характеристика основных источников получения информации (научных, литературных, библиографических и др.).

Объект исследования — это процесс или явление, порождающее проблемную ситуацию и избранное для изучения. В физическом воспитании и спорте часто в качестве объекта рассматриваются дошкольники, школьники, юные и квалифицированные спортсмены, студенты. Эти категории людей выступают объектами в практической педагогической деятельности, в научной педагогической деятельности объектами будут педагогический факт, процесс, явление.

Объект и предмет исследования соотносятся между собой как целое и часть, общее и частное. При таком определении связи между ними предмет исследования — это то, что находится в границах объекта. Именно предмет исследования определяет тему исследования. Например: тема «Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе»; объект исследования: «Многолетняя подготовка спортивного резерва в футболе»; предмет исследования: «Методология и технология построения структуры и содержания многолетней подготовки юных футболистов».

Гипотеза — это предположение, выдвигаемое для объяснения какого-либо явления, которое не подтверждено и не опровергнуто. Гипотеза — это предполагаемое решение проблемы. Она определяет главное направление научного поиска, является основным методологическим инструментом, организующим весь процесс исследования.

К научной гипотезе предъявляются следующие два основных требования:

а) гипотеза не должна содержать понятий, которые не уточнены;

б) она должна быть проверяема при помощи имеющихся методик. Что, значит, проверить гипотезу? Это, значит, проверить следствия, которые логически из нее вытекают. В результате проверки гипотезу можно подтвердить или опровергнуть.

Исследовательская работа должна иметь научную новизну, т. е. получение для общества нового знания. В курсовой работе научная новизна может носить субъективный характер, определяется не по отношению к обществу, а по отношению к исследователю.

Практическая значимость результатов может заключаться в возможности:

решения на их основе той или иной практической задачи в области физической культуры и спорта; проведение дальнейших научных исследований; использование полученных данных в процессе подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта.

В конце глав исследования пишутся выводы, которые должны отвечать только тому материалу, который изложен в работе. Они кратко формулируются отдельными тезисами. Характерной ошибкой при написании выводов является то, что вместо формулировки результатов исследований пишется о том, что делалось в данной работе и о чем уже говорилось в основном содержании. Получается повторение материала и в то же время образуется пробел, т. е. отсутствие акцептации на результатах исследования.

Новизна исследования.

При завершении научной и методической работы подводят итоги и определяют главное: какое новое знание получено и каково его значение для науки и практики, особенно в диссертационных работах. На это направлен весь ход исследования: проблема, название темы, актуальность, объект и предмет, цель и задачи, гипотеза, защищаемые положения. Чем лучше отработаны эти структурные элементы, тем более четко проявляются признаки того, что сделано из того, что не было сделано другими, какие результаты получены впервые; с этих позиций анализируется и оценивается весь фактический материал, полученный в ходе исследования.

Новизна исследования может быть представлена двумя способами: первый - описание новизны, второй - ее содержательное изложение. Описание новизны возможно в том случае, когда новые результаты отражены в защищаемых положениях, или в теоретической значимости работы. Более приемлем вариант, когда описание дополняется содержанием новых результатов, например определены требования и т. д.

Тема лекционного занятия: Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности.

Цели занятия: сформировать представление о понятиях - «*Цель исследования*», «Подбор испытуемых», «Методы исследования», «Организация исследования».

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Цель формулируется кратко и предельно точно, в смысловом отношении выражает то основное, что намеревается сделать исследователь, к какому конечному результату он стремится.

Предварительный анализ литературы и изучение опыта педагогической физкультурно-спортивной деятельности позволяют сформулировать основные задачи исследования.

Задач ставится несколько, и каждая из них четкой формулировкой отражает идею, цель курсовой работы, раскрывает ту сторону темы, которая подвергается изучению. Задач должно быть немного – от трех до пяти.

Формулирование цели и задач исследования начинается с глагола совершенного вида сослагательного наклонения: разработать, выявить, обосновать, определить, изучить, установить, проверить, сравнить, уточнить, оценить, доказать и т.д.

Примеры (Теория и история физической культуры):

Цель исследования – проверить эффективность средств прикладной физической подготовки в плане развития специальных качеств водителя.

Цель исследования – дать научно-теоретическое обоснование содержанию и организации домашних заданий учащихся по физической культуре.

Цель исследования – разработать один из вариантов системы физического самовоспитания и критерии оценки ее эффективности.

Цель исследования – проанализировать эффективность внутреннего и внешнего функционирования физического воспитания в ссузах.

Примеры (Педагогика):

Цель исследования - проверить эффективность использования накопительной системы оценивания образовательных результатов учащихся.

Цель исследования: проанализировать возможности технологии коллективных творческих дел для развития личности учащихся и формирования гармоничных взаимоотношений в коллективе.

Цель исследования: проанализировать возможности нетрадиционных форм обучения в повышении эффективности занятий по физической культуре.

Цель: исследовать возможности этнопедагогики для формирования интереса к физической культуре и спорту.

Цель исследования: экспериментальная проверка комплекса педагогических условий формирования толерантности у школьников в процессе подвижно-игровой и внеурочной деятельности.

Пример

Тема*: Военно-прикладная направленность физического воспитания юношей.*

Цель – разработать модель военно-прикладной физической подготовки юношей для периода, предшествующего призыву их в вооруженные силы.

Задачи исследования:

1. Изучить психофизическое состояние юношей 16-17-летнего возраста.
2. Разработать модель физического воспитания с военно-прикладной направленностью.

3. Проверить эффективность опытной модели в подготовке юношей к воинской службе.
Как видно из приведенного примера, *первая задача* связана с выявлением сущности, структуры, закономерностей изучаемого процесса. *Вторая задача* предполагает определение наиболее характерных способов педагогической коррекции объекта, т.е. вмешательство исследователя в педагогический процесс с целью его оптимизации. *Третья задача* – разработку конкретных практических рекомендаций или комплекса мер, направленных на совершенствования объекта исследования.
Поставив задачи, нужно сформулировать гипотезу своего поиска. *Рабочая гипотеза* – предварительное утверждение или предположение о путях решения данной проблемы, выраженное в форме научных понятий, сделанное для объяснения какого-либо явления и требующее проверки на опыте и теоретического обоснования.
Подбор исследуемых
Любое педагогическое исследование является сравнительным. Для этого создаются контрольная и экспериментальная группа. Исследуемые должны быть максимально идентичными по своим характеристикам. Уравнивание характеристик по возрасту, полу, физической подготовленности, называется типологическим отбором.
Наибольшей объективностью при отборе исследуемых обладает способ случайной выборки. Он позволяет достичь полной случайности отбора, так как каждый из претендентов имеет совершено равные возможности попасть в число исследуемых или не попасть.
Способ случайной выборки имеет три варианта:
способ алфавитных списков,
способ лотереи,
способ таблиц случайных чисел.
Определить оптимальное количество исследуемых помогает знание некоторых общих положений.
1. По количеству исследуемых следует различать два вида выборочной совокупности: для опытных групп (экспериментальных и контрольных) и для «массовых» исследований.
2. Количество исследуемых имеет прямую связь с числом исследований, проводимых, проводимых на каждом человеке. Если задачи исследования требуют многократного снятия показателей, то число исследуемых может быть сравнительно небольшим и наоборот.
3. Количество исследуемых зависит от их характеристик.
4. Число необходимых исследований зависит от вариативности признака, характеризующего то или иное явление: чем она больше, тем больше количество исследуемых и исследований на каждого человека потребуется.
5. Требуемая по задачам научной работы деятельность программы исследования также определяют число необходимых исследований: чем больше признаков изучаемого явления требуется регистрировать, тем больше понадобится исследований.
6.Чем большим количеством исходах данных, располагает экспериментатор, тем меньшее количество исследуемых или обследований ему потребоваться
Выбор методов исследования обусловлен спецификой изучаемой проблемы. Во всех случаях избранная методика исследования должна соответствовать главному требованию – обеспечить получение объективного и достоверного научного материала.
Для большинства педагогических исследований в области спорта характерно комплексное использование методов, один из которых играет ведущую роль.
Любому исследованию должно предшествовать **изучение и анализ литературных источников.** При подготовке к исследованию чтение литературы помогает правильно выбрать тему, ознакомиться с работами предшественников, с теми методами, которые применялись ранее. Анализ литературы поможет исследователю грамотно спланировать последующую работу. Первое и ведущее условие в исследовательской работе – освоение научной литературы, осмысление и обработка официальной документации по теме исследования. Изучение литературных источников может выступать как основной метод исследования (например, при разработке темы «История олимпийского движения»), так и как вспомогательное средство при экспериментальных исследованиях, где основным методом служит педагогический эксперимент.
Изучение литературных источников требует, прежде всего, подбора этих источников по конкретной тематике исследования. С этой целью широко используются библиографические каталоги, библиографические и реферативные издания, отраслевые информационно – поисковые системы.
Ценная информация содержится также в официальных документах. Это постановления и решения директивных органов, нормативные документы, статистические сводки и так далее.
Исследовательская работа – это, прежде всего обобщение уже имеющейся информации. Без освоения обширной научной информации невозможно проведение исследований. Объем ежегодно издающейся научной информации по физической культуре и спорту достаточно обширен, и задача любого исследователя в начале своих научных изысканий познакомиться с уже накопленным опытом по данной проблеме. Необходимо отметить, что изучение литературных источников настраивает исследователя на экспериментальную работу.
Результаты анализа и обобщения источников входят в особый раздел научной публикации под названием «Обзор литературы», который предшествует изложению собственного материала.
Анализ документов – один из широко применяемых и эффективных способов сбора и анализа первичной информации. Исследование литературных данных дополняется ознакомлением с опытом работы педагогов и тренеров, так как многие вопросы недостаточно освещены в методической литературе. В документах с различной степенью полноты содержатся сведения о процессах и результатах деятельности человека (педагога, тренера, спортсмена, школьника и т. д.) Ценные сведения могут быть получены в ходе изучения текущих и архивных документов пла-

нирования и отчетности спортивной работы; руководящих материалов и сводных отчетов спортивных обществ; планов подготовки спортивных команд, данных врачебных обследований и прочее.
Большую роль играет сбор и систематизация спортивных результатов и показателей. С этой целью изучаются протоколы соревнований, материалы официальных сборников, применяется обработка дневников спортсменов и т. д. Многие стороны физического воспитания находят свое отражение в различных документах, таких как учебные планы, программы, врачебно-физкультурные карты.
Анализ дневников тренеров и спортсменов дает возможность выявить направление тренировочного процесса, методы тренировочной работы, основные средства и систему их применения, объем и интенсивность применяемых нагрузок, спортивно-технические показатели, количество соревнований, субъективную оценку спортсменом эффективности учебно-тренировочного процесса, его самочувствие и проч.
Результаты соревнований являются итогом многолетней тренировочной работы и могут быть ценным объектом исследования.
Изучение архивных документов позволит избежать ошибок, не исследовать уже изученное не «открывать давно открытое».
В исследованиях, проводимых в области физической культуры и спорта, используются методы, связанные со сбором и анализом словесных показаний (высказываний) испытуемых, которые в широком смысле можно именовать **опросом.** При правильном их проведении они позволяют выявлять индивидуально-психологические особенности личности: склонности, интересы, вкусы, отношения к жизненным фактам и явлениям, другим людям, себе.
Основное предназначение опросов - получение информации о мнениях людей, их мотивах и оценках явлений. Значимость опросов возрастает, если об исследуемом явлении нет достаточной документальной информации, если оно не доступно непосредственному наблюдению или не поддается эксперименту. В таких ситуациях опрос может стать главным методом сбора информации, но обязательно дополняемым другими исследовательскими методиками.
Опрос – это метод непосредственного или опосредованного сбора первичной вербальной информации путем взаимодействия между исследователем и опрашиваемым (респондентом). Главное достоинство опроса – широта охвата, так как можно опросить максимальное количество людей в минимальные сроки.
Сущность этих методов заключается в том, что исследователь (интервьюер, анкетер) задает испытуемому (респонденту) заранее подготовленные и тщательно продуманные вопросы, на которые тот отвечает устно – в случае беседы, или письменно при применении анкетного метода. Содержание и форма вопросов определяются, во-первых, задачами исследования и, во-вторых, возрастом, интеллектуальным уровнем и социально-демографическим статусом респондента.
Проведению опроса должна предшествовать разработка исследовательской программы, четкое определение целей, задач, понятий (категорий анализа), гипотез, объекта, предмета, выборки и инструментария исследования.
Каждый опрос предполагает упорядоченный набор вопросов (опросный лист), служащий достижению цели исследования, решению его задач, доказательству или опровержению гипотезы. Формулировки вопросов должны тщательно продумываться.
Важное место в процессе исследований актуальных проблем физической культуры и спорта занимает **педагогическое наблюдение**. **Педагогическое наблюдение** – это организованный анализ и оценка учебно-тренировочного процесса без вмешательства в его течение. Педагогическое наблюдение как метод исследования представляет собой целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления, с помощью которого исследователь получает конкретный фактический материал или данные. Цель педагогического наблюдения – изучение разнообразных вопросов учебно-тренировочного процесса, таких как:

- содержание учебно-тренировочного процесса;
- задачи обучения и воспитания;
- средства физического воспитания, их место в занятиях;
- методы обучения и воспитания;
- поведение занимающихся и преподавателя, тренера;
- характер и величина тренировочных нагрузок;
- технико-тактические действия и т. п.

Педагогический анализ и оценка учебно-тренировочного процесса – ведущая сторона деятельности исследователя.
Содержание педагогического наблюдения определяется задачами исследования, для решения которых собираются конкретные факты.
К достоинствам метода наблюдений относятся: наблюдение реального педагогического процесса; события фиксируются в момент их протекания; наблюдатель получает фактические сведения о событиях, а не мнение других лиц (как, например, при анкетировании) наблюдатель независим от мнений испытуемых.
Недостатками являются: элементы субъективизма у наблюдателя; недоступность некоторых сторон наблюдаемого объекта (мыслительной деятельности, эмоций); ограниченность объема наблюдений для одного исследователя; пассивность исследователя.
Учитывая это, педагогическое наблюдение следует применять тогда, когда требуется: провести «разведку» для уточнения гипотезы и методики исследования; получить сведения о педагогическом процессе в «чистом» виде, без внесения в него каких-либо элементов; дать педагогическую оценку фактам, полученным с помощью других методов; собрать первичную информацию, не требующую большой выборки; проверить эффективность педагогических рекомендаций, разработанных на основе других методов.

Виды педагогических наблюдений. Хотя общепринятой классификации педагогических наблюдений не существует, тем не менее, можно сгруппировать их по ряду признаков (приложение 2).

Хронометрирование – это составная часть педагогических наблюдений, в некоторых случаях используемая как самостоятельный метод. Основное содержание хронометрирования – определение времени, затраченного на выполнение каких-либо действий. В сфере физической культуры и спорта хронометрирование – это метод контроля двигательной активности, измерение и регистрация временных затрат в ходе организованного занятия физическими упражнениями с выделением различных компонентов содержания занятия.

В практике наибольшее распространение получило хронометрирование различных видов занятий физической культурой и спортом для определения общей и моторной (двигательной) плотности.

Известно, что те или иные явления могут считаться научными фактами, только тогда, когда они способны неоднократно воспроизводиться в экспериментальной обстановке. **Педагогический эксперимент** как раз и создает возможность для подобного воспроизведения изучаемых явлений. Характерной чертой педагогического эксперимента как метода исследования является запланированное вмешательство человека в изучаемое явление. Педагогический эксперимент – это специально организуемое исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения тех или иных методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки.

В отличие от изучения сложившегося опыта с применением методов, регистрирующих лишь то, что существует в практике, эксперимент всегда предполагает создание нового опыта, в котором активную роль должно играть проверяемое нововведение.

Педагогический эксперимент – основа развития теории и методики физического воспитания. Следует различать дидактический и физический педагогические эксперименты.

Дидактический педагогический эксперимент направлен на формирование личности человека, в частности, на передачу совокупности знаний. Физический педагогический эксперимент связан с решением проблем физического воспитания, то есть формированием двигательных навыков и развитием физических возможностей (способностей).

Педагогический эксперимент в спорте проводится для того, чтобы выявить эффективность тех или иных методов, приемов, форм воспитания, обучения и тренировки, проверить ценность средств и материалов, служащих педагогическим задачам. Подтверждая или опровергая положения существующей теории и практики, эксперимент самим фактом признания или отрицания этих положений приводит к созданию новых гипотез и теорий. При разработке проблем спорта педагогический эксперимент используется для решения вопросов, связанных с отысканием новых, более эффективных средств, методов, организационных форм тренировки, а также частных вопросов методики обучения и воспитания. От педагогического наблюдения эксперимент отличается тем, что дает возможность изучать явления в более разнообразных условиях. Кроме того, в процессе эксперимента одно и то же явление можно проверить несколько раз в той или несколько иной обстановке и, наконец, посредством эксперимента можно более точно изучить предмет, расчленить его на отдельные части и выделить среди них те, которые представляют наибольший интерес для исследователя.

В теории и практике исследовательской работы определилось несколько видов педагогических экспериментов. В основу группировки педагогических экспериментов берутся различные признаки, такие как цель, условия проведения, способ комплектования учебных групп, схема построения эксперимента и т. д. В приложении 3 показана схема видов педагогических экспериментов.

Проведение педагогического эксперимента представляет большую сложность. Обязательное условие педагогического эксперимента – соответствие его содержания общим принципам педагогики и воспитания. Нельзя в процессе эксперимента использовать средства и методы, противоречащие гуманным принципам. Каковы бы ни были результаты эксперимента, знания занимающихся, приобретаемые умения и навыки, уровень здоровья не должны в итоге исследований снижаться или ухудшаться. Поэтому одним из мотивов педагогического эксперимента всегда является введение каких-либо усовершенствований в учебно-тренировочный процесс, повышающих его качество.

Характерной чертой педагогического эксперимента как метода исследования является запланированное вмешательство человека в изучаемое явление. Намеренная организация условий изучаемого явления предусматривает его систематическое изменение на протяжении достаточно длительного периода времени с одновременным установлением связей изучаемого фактора с другими явлениями. Только в этом случае можно вскрыть природу изучаемого явления, причины, обуславливающие его необходимость, установить способы управления им.

Сущность вмешательства в ход педагогического процесса сводится, как правило, к искусственному вычленению (абстрагированию) какой-либо одной стороны изучаемого процесса. Известно, что эффективность педагогического процесса зависит от многих факторов, таких как индивидуальные особенности личности педагога, контингент занимающихся, методы обучения, применяемые средства, условия организации занятий и так далее. Следовательно, необходимо искусственно изолировать изучаемый фактор от влияния всех других величин.

Однако абстрагирование лишь первоначальная ступень познания явления во всем его многообразии. Последовательно изучая каждую из сторон явления, необходимо объединять и обобщать фактический материал с тем, чтобы охарактеризовать явление в целом.

Педагогическая наука широко использует эксперимент. Совершенствуется и получает дальнейшее развитие методика его проведения, приобретают новое содержание применяемые методы. Для большей объективности выражения результатов педагогического эксперимента в последние годы при обработке его показателей стали широко использоваться некоторые математические методы, и, прежде всего, методы математической статистики и теории вероятностей.

Необходимость проведения педагогического эксперимента может возникнуть в следующих случаях:

- когда учеными выдвигаются новые идеи или предположения, требующие проверки;

- когда необходимо проверить интересный опыт, педагогические находки практиков, подмеченные и выделенные исследователями, дать им обоснованную оценку;
- когда нужно проверить разные точки зрения или суждения по поводу одного и того же педагогического явления, уже подвергшегося проверке;
- когда необходимо найти рациональный и эффективный путь внедрения в практику обязательного и признанного положения.

Поскольку педагогический эксперимент в физической культуре и спорте включает в себя проведение учебных занятий, а также регистрацию их эффективности, он строится по определенной схеме (приложение 4).

Таким образом, в эксперименте добываются научные факты путем преднамеренного создания необходимых по задачам исследования условий, по возможности исключающих побочные влияния на конечный результат, а также путем повторного воспроизведения изучаемого явления и его измерения (оценки).

Параллельные эксперименты строятся по схеме, которая предусматривает организацию двух или более максимально одинаковых парных групп. В одной группе применяется экспериментальный метод организации учебно-воспитательного процесса (экспериментальная группа), в другой – контрольный метод (контрольная группа). Учебные занятия и обследования проводятся одновременно в обеих группах, т. е. параллельно. Сравниваемые группы требуют выполнения определенных условий идентичности:

- Они должны иметь полное равенство начальных данных (состав примерно одинаковый по количеству, подготовке, разряду, возрасту и т.п.);
- Иметь равенство условий работы (использование одинакового инвентаря, типовых залов, одна и та же смена и т.д.);
- Быть независимыми от личности преподавателя (тренера). При этом занятия в контрольной и экспериментальной группах может проводить как один и тот же преподаватель, так и разные.

При таком построении эксперимента появляется убежденность в том, что все спонтанные, неуправляемые факторы будут оказывать примерно одинаковое воздействие на исследуемых как в экспериментальной, так и в контрольной группе. Различия же в конечном результате окажутся следствием действия именно экспериментального фактора.

Наиболее простым и доступным педагогическим экспериментом является *прямой* эксперимент, когда занятия в экспериментальных и контрольных группах проводятся параллельно и после проведения серии занятий определяется результативность изучаемых факторов. Проведение экспериментальной части исследований в физической культуре и спорте осуществляется в несколько этапов:

1. На начальном этапе решается вопрос о необходимости проведения экспериментальной части исследования.
2. Разрабатывается научная гипотеза, которая будет положена в основу эксперимента. Гипотеза базируется на определенных научных данных, подкрепляется теоретическими доводами и умозаключениями. При организации конкретного эксперимента параллельно с общей гипотезой могут выдвигаться и частные (рабочие) гипотезы, непосредственно связанные с общей гипотезой.
3. Выбираются конкретные виды эксперимента. В зависимости от цели и конкретной задачи исследования, этапа работы над проблемой, средств, используемых для проведения эксперимента и т.п. решается вопрос о видах и типах эксперимента.
4. Выбор и оценка общих условий проведения эксперимента, таких как контингент испытуемых, преподаватели и тренеры, которые будут принимать участие в эксперименте, место и средства для проведения экспериментальных исследований.
5. Отбор испытуемых для комплектования экспериментальных и контрольных групп. Эти группы должны быть максимально идентичны по своим характеристикам, поскольку это играет важную роль для оценки результатов педагогического эксперимента. Только в этом случае можно утверждать, что эффективность учебно-тренировочного процесса достигнута благодаря экспериментальной методике.
6. В зависимости от общей целей и частных задач эксперимента решается вопрос о том, какие экспериментальные данные исследователь должен получить в итоге. Поэтому объектом наблюдения по ходу учебно-тренировочного, учебно-воспитательного процесса всегда являются занимающиеся и тренер (преподаватель). В ходе эксперимента используются частные методы и методики для сбора необходимых данных, а по завершении эксперимента либо его части- методы, проверяющие результаты учебно-тренировочного процесса – контрольные испытания, анкетирование, беседы и т.п.
7. При составлении программы эксперимента в ней необходимо указать содержание и последовательность всех действий (что, где, когда и как будет проводиться, наблюдаться, проверяться, сопоставляться и измеряться; какой будет установлен порядок измерения показателей, их регистрации; какие при этом будут применяться техника, инструментарий и другие средства, кто будет выполнять работу и какую.

Таким образом, планирование эксперимента многоступенчатый процесс, включающий в себя: определение целей и задач эксперимента, обоснование его необходимости, формулировку научной гипотезы, выбор типа эксперимента, выбор и оценку общих условий проведения эксперимента, оценку и выбор уравниваемых данных, их показателей в методике сбора этих данных, составление общей программы эксперимента, программ ведения занятий в экспериментальных и контрольных группах, программ ведения наблюдений.

Важным элементом системы физического воспитания является контроль, одной из форм которого является тестирование уровня физической подготовленности занимающихся. **Тестирование –** научно-практическая процедура измерения, проводимая на спортсмене с целью определения его состояния, процесс оценки физических возможностей занимающегося с помощью теста или тестовой батареи. Тест – это особый вид экспериментального исследо-

вания, измерение или испытание, стандартное задание или система заданий, проводимое для определения и оценки уровня физического состояния, физической подготовленности и других качеств занимающихся. Моторные тесты – тесты, в основе которых лежат двигательные задания. Тестовая батарея – набор двигательных тестовых заданий, используемый для комплексной оценки двигательной подготовленности человека.

Использованию тестов в педагогическом контроле должен предшествовать анализ на информативность. В настоящее время наиболее широкое распространение при определении информативности тестов получили критерии обоснованности, надежности и объективности. Средства контроля должны быть не только простыми в обращении, позволять легко оценить, стандартизировать, количественно выразить исследуемый признак, но и удовлетворять положениям математической теории тестов.

Полезность, обоснованность (валидность) предполагает соответствие теста оцениваемому двигательному качеству испытуемого. Если не проводилась проверка на валидность, то нет уверенности, что с помощью этого теста оценивается именно это то качество, для которого подобран тест. Валидность – показатель корреляции между контрольным упражнением и критерием. Она характеризует прогностические данные, говорит о том, насколько точно (обоснованно) можно измерить с помощью теста именно то качество (признак, навык и т. д.), для которого он предназначен. Определение валидности результатов и свидетельствует о точности совпадения результатов при повторном тестировании одного и того же испытуемого, приблизительно в одних и тех же условиях. Если применяемый тест не прошел проверку на надежность, то становится трудно, а порой невозможно сравнить полученные результаты.

Объективность означает, что оценки по конкретному тесту у одного и того же испытуемого не должны зависеть от людей, проводящих тестирование, от личных качеств исследователя. Объективность теста характеризуется стойкими, постоянными результатами при проведении тестовой процедуры из различных испытуемых при разных испытателях характеризует точность измерительных средств и способа измерения.

В качестве тестов могут быть использованы лишь те из них, которые удовлетворяют следующим метрологическим требованиям:

- должна быть определена цель применения того или иного теста;
- следует использовать стандартизированную методику тестирования;
- необходимо, чтобы применяемые тесты отвечали требованиям надежности и информативности;
- должна быть разработана система оценок результатов в тестах;
- необходимо указать вид контроля (оперативный, текущий, этапный, итоговый).

Информативность теста – степень точности, с которой он измеряет свойство, качество, для оценки которого используется. Информативным называется тест, по результатам которого можно судить о свойстве (качестве, способности и т.п.), измеряемом в ходе контроля. Иногда вместо термина «информативность» применяют равнозначный термин «валидность». Мера информативности теста определяется сопоставлением его со спортивным результатом или с тестом-критерием.

Надежность теста – это степень совпадения результатов при повторном тестировании одних и тех же людей в одинаковых условиях. Критериями надежности являются:

1. стабильность (воспроизводимость) – это такая разновидность надежности, которая проявляется в степени совпадения результатов тестирования, когда первое и последующие измерения разделены определенным временным интервалом;
2. согласованность – независимость результатов тестирования от личных качеств человека;
3. эквивалентность – равнозначные результаты тестирования при использовании контрольных упражнений.

Вариация результатов происходит из-за:

- изменения состояния испытуемых (утомление, врабатывание, обучение, изменение мотивации, концентрация внимания и т.д.);
- неконтролируемых изменений внешних условий и аппаратуры (температура, влажность, присутствие других лиц, напряжение электросети и т.д.);
- изменения состояния человека, проводящего или оценивающего тест (скорость реакции, замена судьи и т.д.);
- несовершенства теста (есть заведомо малонадежные тесты, например штрафной бросок в баскетбольную корзину).

Результаты тестирования допускают количественное выражение и тем самым открывают возможность математической обработки.

В методике тестирования необходимо придерживаться следующих положений:

- соблюдение единства условий в испытаниях (условия проведения тестирования – время дня, объем нагрузок и т.п. должны быть одинаковы для всех занимающихся);
- доступность и доходчивость заданий и требований (контрольные упражнения должны быть доступны для всех исследуемых, независимо от их физической и технической подготовленности);
- простота измерений и оценки;
- наглядность результатов испытаний для исследуемых;
- привычная обстановка испытаний (зал, спорт площадка);
- контрольное упражнение должно измеряться в объективных величинах (цифровых показателях – см, сек, число повторений и т.п.).
- простота записи учета.

Тестовое исследование отличается сравнительной простотой процедуры, оно кратковременно, проводится без сложных технических приспособлений, требует самого простого оснащения (часто это просто бланк с текстами задач). Отметим и то, что в процессе тестовых исследований не учитывается влияние многочисленных условий, которые так или иначе влияют на результаты, - настроение испытуемого, его самочувствие, отношение к тестированию. Неприемлемыми являются попытки с помощью тестов установить предел, потолок возможностей данного человека, прогнозировать, предсказывать уровень его будущих успехов.

Использование контрольных испытаний в области физической культуры и спорта помогает решать следующие задачи:

- выявить общую тренированность занимающегося с помощью комплексных методов тестирования;
- выявить специальную тренированность спортсмена;
- выявить динамику развития спортивных результатов в процессе тренировки (в т.ч. многолетней);
- изучить систему планирования учебно-тренировочного процесса;
- определить методы отбора талантливых спортсменов;
- оптимизировать существующие системы тренировки;
- проверить теоретические положения на практике;
- установить контрольные нормативы для различных этапов учебно-тренировочного процесса;
- разработать контрольные нормативы для отдельных видов спорта, для спортсменов разного возраста, пола, квалификации.

Основными методами исследования физического развития являются наружный осмотр (соматоскопия) и измерение морфологических и функциональных показателей (антропометрия).

При **соматоскопии** определяются тип телосложения, пропорции тела и конституциональный тип.

Антропометрические измерения дополняют и уточняют данные соматоскопии, дают возможность точнее определить уровень физического развития обследуемого. Повторные антропометрические измерения позволяют следить за динамикой физического развития и учитывать его изменения в процессе систематических занятий физической культурой и спортом.

Антропометрический метод является основным методом изучения особенностей телосложения человека. Он предусматривает определение продольных, глубинных, поперечных, обхватных размеров тела, веса тела, толщину кожно-жировых складок.

Под **телосложением** понимают размеры, формы, пропорции и особенности взаимного расположения частей тела, а также особенности развития костной, жировой и мышечной тканей. Тотальные размеры тела зависят от его длины и массы, окружности грудной клетки. Пропорции тела определяются соотношением размеров туловища, конечностей и их сегментов.

Организация условий исследования предусматривает создание обстановки, соответствующей задачам исследования. Особенно важно создать совершенно одинаковые условия при повторных сравнительных экспериментах. Например, недопустимо проводить начальное испытание двигательных качеств на открытом воздухе, а конечное – в помещении. Существенную роль в успехе исследования играет своевременная и тщательная подготовка необходимого оборудования, инвентаря и аппаратуры. Любая непредусмотренная мелочь может не только нарушить ход эксперимента, но и просто сорвать его. При использовании динамометорв, спидографов, секундомеров и других приборов, имеющих тарифировку, нужно периодически проверять правильность их показаний. Применяя динамометры, лучше сохранить их в неприкосновенности до повторных исследований. Этим достигается большая «чистота» измерений, так как исключается возможное влияние на результаты повторных исследований каких-либо изменений в самих динамометрах, так как известно, что многократное их использование часто приводит к искажениям показаний. Пользуясь приборами, работающими на постоянном или переменном токе, следует при каждом исследовании проверять напряжение в сети.

С целью обработки научных материалов применяются методы логической систематизации, такие как группировка, классификация, а также **методы математической статистики.**

Математическая статистика используется с целью количественного анализа педагогических явлений.

Использование математической статистики в педагогических исследованиях не самоцель, а одно из эффективных средств познания объективных законов обучения и воспитания. Поэтому оно будет оправдано и действенно только тогда, когда будет опираться на умелый и разносторонний качественный анализ, когда математические формулы будут представлять собой совершенно конкретное выражение качественных особенностей педагогических явлений.

Наиболее часто бывает необходимо иметь какие-то критерии, по которым можно судить о достоверности различий в полученных количественных данных. Выполнение элементарных статистических процедур, таких как вычисление средних величин, стандартных отклонений от них, вероятных ошибок, коэффициентов вариации и т.д. входит в обязательную обработку количественных данных.

В большинстве случаев в исследованиях могут решаться задачи выявления эффективности методики обучения и тренировки. Эти задачи обычно решаются путем проведения сравнительного педагогического эксперимента с выделением экспериментальных и контрольных групп. Исследователю необходимо ответить на вопрос: оказалась ли эффективной применяемая методика? С этой целью рассчитывается достоверность различий между полученными в итоге проведения сравнительного педагогического эксперимента результатами экспериментальных и контрольных групп. Наиболее часто бывает необходимо иметь какие-то критерии, по которым можно судить о достоверно-

сти различий в полученных количественных данных. В педагогических исследованиях различия считаются достоверными при 5% уровне значимости.

Одним из разновидностей статистического метода является метод **экспертных оценок**. С его помощью дают оценку исследуемому явлению в виде обобщенного мнения экспертов. Экспертной называется оценка, получаемая путем выяснения мнений специалистов. Под экспертизой понимается процедура, при которой одна группа лиц выясняет суждения по тому или иному вопросу другой группы лиц, называемых экспертами, в целях выработки и принятия по этому вопросу соответствующего решения.

К мнению специалистов обращаются всякий раз, когда осуществить измерения более точными методами невозможно или очень трудно. Однако, субъективная оценка во многом зависит от индивидуальных особенностей эксперта: квалификации эрудиции, опыта, личных вкусов и т.д. поэтому индивидуальные мнения рассматриваются как случайные величины и обрабатываются статистическими методами. Таким образом, современная экспертиза – это система организационных, логических и математико-статистических процедур, направленных на получение от специалистов информации и анализ ее с целью выработки оптимальных решений.

Способы проведения экспертизы разнообразны. Самый простой из них называют методом предпочтения или ранжирования. Пользуясь этим методом, эксперты расставляют оцениваемые объекты по рангам в порядке ухудшения их качества. Место, занятое каждым объектом, определяется числом баллов: чем больше (меньше) сумма баллов, тем выше занятое место.

Характерные примеры экспертизы: судейство в гимнастике, прыжках в воду, синхронном плавании, конкурс на лучшую научную работу и т.п.

Тема лекционного занятия: Представление и оценка результатов научной и методической деятельности.

Цели занятия: познакомить студентов с оценками результатов научной и методической деятельности.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

План:

1. Обработка результатов исследования.
2. Оформление результатов научной и методической работы.
3. Литературное оформление научной работы.

Обработка результатов научного исследования и методических материалов. Оформление результатов научной и методической работы. Требования к написанию и оформлению научного труда. Структура и содержание научной работы. Содержание глав и разделов.

Введение. Здесь надо сказать о значении работы для науки и практики, о характере и основном содержании работы. Во введении указывается актуальность работы, ее новизна, рабочая гипотеза, объект и предмет исследования, цель и задачи работы, практическая значимость исследования.

I глава. Литературный обзор состояния изучаемого вопроса. Излагается история вопроса по отечественным и зарубежным источникам с одновременным критическим разбором, приводятся высказывания отдельных авторов, вскрываются спорные, нераскрытые вопросы. Излагается состояние вопроса по данным обобщения передового практического опыта.

II глава. Методика и организация исследования. В этом разделе раскрываются методы исследования и их описание, организация работы и ее этапы.

III глава. Результаты исследования. Здесь четко и сжато излагается фактический материал, полученный исследователем.

IV глава. Обсуждение результатов исследования. В этом разделе (который можно соединить с третьим) проводиться анализ полученных материалов, сопоставление их с литературными данными, дается обоснование полученных результатов.

Выводы и рекомендации (выводы должны соответствовать задачам).

Список использованных литературных источников.

Приложения.

Подобная схема подготовки и проведения педагогического исследования и написания рукописи характерна для любого исследования, независимо от уровня (курсовая или дипломная работа студентов, кандидатская или докторская диссертация ученого). Разница будет заключаться в качестве исследования (глубина, глобальность темы, количество испытуемых, методов исследования, объем работы, количество первоисточников и т.д.).

Требования к литературному оформлению, библиографическому описанию и ссылкам на источники. Большое значение при написании ВКР имеет грамотное, правильное изложение материала. Это, прежде всего, логичность и последовательность изложения материала, общая грамотность, соответствие ГОСТам и принятым правилам, внешний вид работы. Следует следить за правильностью выбора формулировок, которые наиболее просто, кратко выражали бы смысл излагаемого. Не следует предложения делать излишне пространными и сложными, но не рекомендуется и делать чрезмерно краткие предложения. В отдельный абзац выделяют предложения, связанные между собой одной мыслью, расположенные в логической последовательности.

Не рекомендуется употреблять слова и выражения: «во главу угла», «на все сто процентов» и т. п. В тексте допускаются общепринятые сокращения: «с.» - страница; «ст.» - статья; «и т. п.» - и тому подобное; «и т. д.» - и так далее; «и др.» - и другие; «гг.» - годы, «м» - метр; «с» - секунда; «мин.» - минута; «ЧСС» - частота сердечных сокращений и др. Если автор вводит в работу символы или собственные сокращения, то их необходимо расшифровать. Лучше эту расшифровку дать в главе «Методика и организация исследования» или на отдельной странице «Условные обозначения». При первом упоминании об этих терминах и обозначениях их наименование пишется полностью, и только в последующих упоминаниях дается сокращенное обозначение.

При изложении работы не рекомендуется писать от первого лица: «Я считаю», «Мне кажется», «По моему мнению» и т. п., а также множественного «Мы получаем», «Мы наблюдаем» и т. п. Допускается фраза с сохранением множественного числа, но исключением местоимения «мы». Можно использовать выражения: «на наш взгляд», «, по нашему мнению,». Однако лучше употреблять мысль в безличной форме: «изучение передового опыта свидетельствует», «на основании изучения литературных источников можно заключить», «проведенные исследования доказывают» и т. п.

При представлении материала должен быть соблюден единый стиль изложения, орфографическая, синтаксическая и стилистическая грамотность. Не рекомендуется часто употреблять одинаковые слова, словосочетания и обороты; дважды использовать какое-либо понятие в одной фразе; располагать близко друг от друга слова, образованные от одного корня. Если в тексте приводятся фамилия и инициалы ученых, исследователей, авторов используемой литературы, то сначала пишутся инициалы, а затем фамилия -И.П. Ратов, Л.П. Матвеев, а не Ушинский К.Д., как это принято в списке литературы.

Терминология, наименования, обозначения и понятия должны быть едиными на протяжении всего текста.

Список использованной литературы составляется в алфавитном порядке фамилий авторов или названий произведений (при отсутствии фамилий авторов).

О каждой книге указываются следующие сведения:

- фамилия и, через запятую, инициалы автора;
- полное и точное название книги;
- подзаголовок, уточняющий название (если он указан на титульном листе);

- сведения об ответственности, которым предшествует косая черта. Здесь перечисляются уже все авторы начиная с инициалов. Если книга написана 4-мя и более авторами, то можно указать только первого автора, затем пишется «и др.»;
- место издания (для Москвы, Ленинграда и Санкт-Петербурга употребляются сокращения: «М.», «Л.» и «СПб.»);
- названия издательства (полностью без сокращения);
- год издания (без слова «год» или сокращения «г»);
- количество страниц в книге.

Если на титульном листе книги не указан автор, но на следующих страницах указаны авторы-составители, имеются сведения, под чьей редакцией написана книга или другие сведения о лицах, имеющих отношение к созданию объекта описания, то описание такой книги начинается с ее названия. Инициалы и фамилии этих лиц пишутся в сведениях об ответственности после косой черты.

Сведения о статьях, рефератах, тезисах, опубликованных в сборниках, должны содержать:

- фамилию и, через запятую, инициалы автора;
- заглавие;
- сведения об ответственности, где указываются уже все авторы:
- полное название сборника (через 2 косые черты);
- город, где опубликован сборник;
- год издания;
- выпуск или часть (если таковые имеются);
- страницы, на которых помещена публикация.

Сведения о статьях, опубликованных в периодической печати, включают:

- фамилию и, через запятую, инициалы автора;
- заглавие статьи;
- сведения об ответственности;
- название журнала или газеты (через 2 косые черты);
- год издания;
- номер журнала, а для газеты — число и месяц;
- номер страниц, на которых помещена статья.

Если студент использует диссертации или авторефераты, то при их описании указывается:

- фамилия и, через запятую, инициалы автора;
- название работы с уточняющими сведениями;
- сведения об ответственности;
- город, где работа защищалась;
- год исполнения;
- количество страниц.

При изложении ВКР практикуется разделение всего материала на смысловые части, выделяемые заголовками. Наиболее распространенным является подразделение работы на главы.

Главы принято нумеровать римскими цифрами I, II, III и т. д. Разделы обозначаются следующим образом: 1.1, 1.2, 2.1, 2.2 и т. д. Иногда бывает необходимо выделить в тексте и подразделы. Это делается так: 1.1.1, 1.1.2, 2.1.1 и т. д. При наличии разделов и подразделов главы нумеруются арабскими цифрами.

Оформление таблиц и рисунков. Методы графической обработки экспериментальных данных. Рациональные приемы графического изображения экспериментальных данных.

В текст работы может входить графический и иллюстративный материал. Этот материал размещают как на отдельных страницах, так и в промежутках между текстом. Существуют следующие виды иллюстративного материала: таблицы, рисунки, схемы, графики, диаграммы. Каждая иллюстрация, помещенная в тексте, должна иметь точное и краткое наименование (название). На все иллюстрации в тексте должны быть ссылки. При этом в ссылках слово «таблица» пишется сокращенно — «табл. 4», «в табл. 5».

Все таблицы, рисунки, диаграммы имеют сквозную (независимо от главы) нумерацию, строятся по единому принципу. Имеется головка таблицы, которая располагается горизонтально вверху таблицы.

Головка состоит из граф и подзаголовков граф. Заголовки граф должны быть краткими, начинаться с прописных букв и указываться в единственном числе. Подзаголовки (если в них имеется необходимость) начинаются с прописных букв, если они имеют самостоятельное значение, и со строчных, если составляют с заголовком одно предложение. В первой слева колонке указываются названия соответствующих строк горизонтальных рядов таблиц. Если нужно перенести часть таблицы на другую страницу, повторяется головка таблицы (можно только с нумерацией подзаголовков с подписью вверху «продолжение табл. 5»). В графах (колонке) классы чисел должны находиться друг под другом. Если цифровые или иные данные в какой-либо строке не приводятся, то в графе ставится прочерк. Если не удается построить таблицу так, чтобы она была понятна без текста, то необходимо сделать пояснения в примечании к таблице.

Каждая таблица нумеруется и имеет название. Слово *Таблица* (сокращать нельзя) и порядковая цифра (без знака №) пишутся в правом верхнем углу; ниже, посередине строки, размещается название таблицы строчными буквами, но с заглавной и еще ниже - сама таблица. Точка в конце заглавия таблицы не ставится.

Таблица 2

Динамика показателей физической подготовленности

в процессе эксперимента

Рис. 2. Процентное соотношение выполнения президентских тестов детьми 1-11 классов

Рисунки имеют отдельную нумерацию. Подписи к ним делаются внизу в следующем порядке: сокращенное слово (Рис.), порядковый номер рисунка (без знака №), точка, название рисунка с заглавной буквы, в конце названия точка не ставится.

При этом в настенных диаграммах, предназначенных для защиты научной работы, целесообразно писать заголовки сверху.

Графики не следует помещать в приложения отдельно от основного текста — это затрудняет восприятие самого текста, а также и графика. Таблицы, помещенные в приложении, имеют свою нумерацию, отличную от таблиц в тексте. В тексте работы допускаются ссылки на приложения (см. табл. 2 прил. 3).

Основы теории математической статистики. Методы определения случайных ошибок. Установление стабильности процессов, определение связи между признаками.

Анализ теоретико-экспериментальных исследований, формулирование выводов и предложений, практических рекомендаций.

Тема лекционного занятия: Оценка результатов научно-методических работ.

Цели занятия: познакомить студентов с оцениванием результатов научно-методических работ.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Продуктом научной и методической деятельности являются ***произведения*** — результат творческой работы, предполагающей создание нового, ранее неизвестного, оригинального. Произведения защищены авторским правом, которое является частью гражданского законодательства, регулирующего отношения по использованию произведений науки, литературы и искусства. ***Авторское право*** распространяется на обнародованные и необнародованные произведения, существующие в какой-либо объективной (материальной) форме.

Авторское право на произведение возникает в силу факта его создания, никакой регистрации произведения или выполнения иных формальностей не требуется.

Обнародование и опубликование осуществляются только с согласия автора (или иного владельца авторских прав).

Соавторство. Научная или методическая работа может быть выполнена одним автором или авторским коллективом. В соавторстве обычно выполняются крупные работы: монографии, учебники, учебные пособия и большие методические рекомендации, а также тезисы докладов на научно-практическую конференцию, где материал доклада подготовлен на основе данных коллектива исследователей.

Различают раздельное соавторство и неделимое соавторство. При раздельном соавторстве указывается, какая часть создана каждым соавтором, который может использовать ее по своему усмотрению. При неделимом соавторстве право на использование произведения в целом принадлежит соавторам совместно. Это же относится к вопросу о вознаграждении

Рецензирование

Рецензия — критический разбор и оценка, отзыв на рукописи произведений перед их публикацией или после выхода их в свет, перед защитой диссертации. Для рецензирования и подготовки отзыва на диссертацию назначаются оппоненты, которые выступают при защите диссертации: кандидатской — два оппонента, докторской — три; кроме того, на диссертацию дается отзыв ведущей организации. Методические работы на первом этапе проходят рецензирование в своем коллективе (кафедры, лаборатории), а затем — внешнее рецензирование. При представлении рукописи в издательство необходимо приложить две рецензии («внутреннюю» и «внешнюю»).

В свою очередь издательство по ходатайству учебного заведения может направить рукопись учебника, учебного пособия на заключение в учебно-методическое объединение (УМО) по соответствующей специальности, где проводится экспертиза на предмет присвоения изданию грифа «Учебник» или «Учебное пособие». Если рукопись претендует на гриф Минобразования РФ, то она предварительно тоже направляется на заключение в УМО.

В рецензии, экспертном заключении должны быть отражены следующие вопросы:

- соответствует ли название работы содержанию рукописи, удачно ли оно;
- чем отличается издание от подобных книг, в чем его особенность;
- достаточно ли раскрыта тема, имеется ли текстовой материал, таблицы, иллюстрации и приложения, которые можно изъять без ущерба для книги;
- в чем заключаются основные достоинства и недостатки рецензируемой работы
- др.

Теоретическая и практическая значимость исследования

Оценка качества исследования по критериям теоретической и практической значимости относится прежде всего к уже завершенной работе. Среди многих критериев качества научных работ оценка теоретической и практической значимости занимает ведущее место.

Теоретическая и практическая значимость рассматриваются как интегральные критерии оценки результатов завершенного исследования.

В оценке *теоретической значимости* исследования выделяют три уровня:

- общепедагогический, его имеют фундаментальные исследования, они приводят к переоценке важнейших концепций, фундаментальных понятий, изменению точек зрения на кардинальные вопросы педагогики;
- обще-проблемный уровень, его имеют исследования, результаты которых изменяют существующие теоретические представления по отдельным проблемам или по ряду проблем в рамках конкретных областей педагогики;
- частно-проблемный уровень, его имеют исследования, результаты которых изменяют теоретические представления по отдельным частным вопросам в общей проблеме.

В оценке *практической значимости* исследования авторы выделяют четыре уровня:

- значимость очень высокая: результаты исследования значимы для всей области дидактики, теории воспитания и других областей; в результатах заинтересованы очень широкие круги потребителей; результаты готовы к употреблению в виде нормативных материалов, программ, учебников, учебных пособий, методических разработок;
- значимость высокая: результаты значимы для решения обще-методических вопросов в пределах данного курса, области; в результатах заинтересованы широкие круги потребителей; внедрение целесообразно, результаты готовы к внедрению;
- значимость удовлетворительная: результаты важны для решения частно-методических вопросов отдельных дисциплин, приемов и методов воспитания; в результатах заинтересованы широкие круги потребителей; внедрение целесообразно, результаты в основном готовы к внедрению, разработаны методические рекомендации;
- значимость низкая: результаты важны для решения частно-методических вопросов, второстепенных для практики; в результатах заинтересован узкий круг лиц, для большинства потребителей они не представляют интереса; внедрение нецелесообразно, результаты не готовы к внедрению.

Тема лекционного занятия: Внедрение научных исследований.

Цели занятия: познакомить студентов внедрением в практику научных результатов.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Внедрение в практику результатов научной и методической деятельности

Формы внедрения можно представить следующим образом.

Публикации. Имеют значение вид публикации, уровень издания, тираж.

Научные издания: монографии, статьи в периодических центральных изданиях; сборники научных трудов, материалов научных конгрессов, научно-практических конференций; научно-популярные книги.

Учебные издания: учебные программы, учебники и учебные пособия.

Официальные документы: концепции физического воспитания и спортивной подготовки, различные инструкции; комплексные целевые программы, методические письма.

Акты внедрения – свидетельство эффективности применения результатов исследования в практике. Акт внедрения выдается после апробации в соответствующей организации результатов исследования.

К результатам исследования относятся также ***открытие, изобретение, рационализаторское предложение***. Научные исследования, результатом которых являются открытие, изобретение, рационализаторское предложение, служат признаком высокого качества работы и заслуживают высокой оценки по своей значимости для практики.

Итогом исследовательской работы могут стать открытие, изобретение, рационализаторское предложение.

Открытие, изобретение, рационализаторское предложение. Результаты научной и методической деятельности могут быть оформлены в виде открытия, изобретения, рационализаторского предложения на основании «Положения об открытиях, изобретениях и рационализаторских предложениях». Они засчитываются автору как публикация.

Открытие согласно Положению — это установление не известных ранее объективно существующих закономерностей, свойств и явлений материального мира, вносящих коренные изменения в уровень познания.

Изобретение согласно Положению — это новое и обладающее существенными отличиями техническое решение задачи в любой области народного хозяйства, социально-культурного строительства или обороны страны, дающее положительный эффект. Объектом изобретения могут являться новое устройство, способ, вещество, применение известных ранее устройств, способов, веществ по новому назначению. *Авторское свидетельство* на изобретение выдается на имя автора и удостоверяет: признание предложения изобретением, приоритет изобретения, авторство на изобретение, исключительное право государства на изобретение. В случае соавторства свидетельство выдается каждому из соавторов с указанием в нем других соавторов. *Патент* удостоверяет: признание предложения изобретением, приоритет изобретения, авторство на изобретение и исключительное право патентообладателя на изобретение. Дополнительное изобретение — усовершенствование другого изобретения (основного), на которое ранее было выдано авторское свидетельство или имеется действующий патент, без применения основного изобретения не может быть использовано. На дополнительное изобретение может быть получено дополнительное авторское свидетельство или дополнительный патент — в зависимости от основного.

Рационализаторское предложение согласно Положению — это техническое решение, являющееся новым и полезным для конкретного предприятия, организации или учреждения и предусматривающее изменение конструкции изделий, технологии производства и применяемой техники или изменения состава материала. Предложение признается полезным, если его использование позволяет получить экономический, технический или иной положительный эффект.

Значимость исследования выражается также в ***темах на договорных условиях***, получении грантов на разработку проблем, международном признании результатов.

Выступление: на научных конгрессах, научно-методических конференциях. Здесь учитывается уровень выступления (международный, национальный, региональный, вузовский).

Тема лекционного занятия: Эффективность научных исследований.
Цели занятия: познать пути эффективности научных исследований.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Понятие «эффективность»

Эффект (отлатeffectus– действие, результат чего-либо)

Эффективность– действенность, результативность?



Эффективность связана: 1) не с планируемым, а с продуктивным результатом (посредством максимизации выгод, благ и минимизации затраченных ресурсов.

Эффективность связана: 1) не с планируемым, а с продуктивным результатом (посредством максимизации выгод, благ и минимизации затраченных ресурсов труда, сырья, капитала

Оценка эффективности НИР (от лат- efficientia) – оценка продуктивности использования ресурсов в достижении научно исследовательской цели; характеризующий относительный соотношение показатель, между достигнутым и ожидаемым. Оценка и есть средство осознания ценности научных результатов и осознания субъектами научно-исследовательской деятельности собственной значимости.

В оценке раскрывается единство объективной значимости и субъективного смысла, пронизывающих мир социальных и индивидуальных ценностей.

Объективное значение, личностный смысл и ценность научных результатов — это неразделимые понятия.

Значение раскрывает объективный характер ценности (научного результата), а смысл-отношение субъекта к этой объективной стороне, без которого нет созидания научных результатов (новых знаний, методов, средств, способов научно-исследовательской деятельности).

Оценка эффективности исследования. Научная новизна… Теоретическая значимость… Концептуальные положения… Теоретическая модель методической системы… Методические рекомендации… Практическая значимость… Личный вклад автора… Публикации автора Оценивание выпускной квалификационной работы.

Тема лекционного занятия: Актуальные экономические проблемы физической культуры и спорта.

Цели занятия: изучить экономические проблемы физической культуры и спорта.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Важное значение в развитии массового физкультурно-спортивного движения имеет популяризация здорового образа жизни. Поэтому необходимо создание условий не только для организованных форм занятий физической культурой и спортом, но и для желающих заниматься самостоятельно по месту жительства. От доступности спортивных площадок для всех во многом зависит популярность здорового образа жизни. Не смотря на активное развитие системы платных фитнесс-центров и велнес-клубов, их доступность для широких слоев населения остается относительной. Многие люди не имеют возможности или желания оплачивать дорогостоящие абонементы. Особой проблемой является профессиональная спортивная экипировка — форма, обувь, спортивные снаряды и тренажеры. В то время, как проблема доступности базовой информации по здоровому образу жизни на данный момент практически решена при помощи горизонтальных связей общества через интернет. Крупные видеохостинги, например Youtube, Rutube предлагают огромный выбор видеозаписей, на которых вы можете ознакомиться с режимом тренировок профессионалов, получить необходимые новичку советы или вдохновиться чьим-либо примером.

По вопросам местного значения, к которым относится содержание и развитие учреждений, находящихся в муниципальной собственности, органы власти местного самоуправления самостоятельно разрабатывают нормативы расходов.

Однако нехватка денежных средств в местных бюджетах приводит к вынужденному отказу от финансирования большинства бюджетных расходов, не относящихся к сфере жизнеобеспечения. Эта проблема особенно остро чувствуется в финансировании учреждений физической культуры и спорта.

При существующем подходе к формированию государственных минимальных социальных стандартов включение в них услуг массового спорта не подразумевается. Так, к социальным гарантиям относятся гарантии в области здравоохранения, образования и культуры. Отсутствие единого механизма формирования важнейшей ресурсной составляющей массового спорта – финансовой – зачастую приводит к неэффективному, научно не обоснованному выделению средств, создает возможности для злоупотреблений и лоббирования чьих-либо интересов, а в итоге – к отсутствию развитой спортивной инфраструктуры, к неравномерному распределению ресурсов среди учреждений физической культуры и спорта.

В данном аспекте ясно видны недостатки современного состояния бюджетной системы Российской Федерации. Централизация основной доли финансовых ресурсов страны в федеральном бюджете снижает экономические возможности региональных и местных бюджетов в решении своих социально-экономических функций. В территориальных и местных бюджетах незначительна доля собственных доходов и высока доля трансфертов. Явно проглядывается практика перекладывания расходов вниз по бюджетной системе без подкрепления соответствующими доходами.

Отказ федерального бюджета от финансирования многих мероприятий и повышение роли местных и региональных органов власти и жизнедеятельности общества обусловили рост нехватки финансовых ресурсов на низовом уровне. Региональные и местные бюджеты поставлены в крайне тяжелое положение постоянных просителей у вышестоящих органов. Кроме того, существуют проблемы межбюджетных отношений на уровне субъектов РФ и местных бюджетов.

Перераспределение в ходе реформы местного самоуправления доходных полномочий между региональными и муниципальными властями привело к значительному расширению сфер ответственности последних за социально-экономическое развитие территорий.

Поэтому важно оценить объективные потребности каждого уровня бюджетной системы в финансовых ресурсах, т.е. провести вертикальное выравнивание, чтобы обеспечить все уровни бюджетной системы источниками финансирования, отвечающими их ответственности и функциям.

Все уровни власти должны иметь реальную бюджетную самостоятельность и ответственность за финансирование расходов на территориях.

Таким образом, для преодоления существующих проблем в финансировании отраслей социальной сферы требуется предпринять целый ряд, в большей своей части правовых мер.

Как уже было отмечено ранее бюджетные учреждения вправе вести предпринимательскую деятельность, приносящую доход. Однако в сфере физической культуры и спорта не созданы необходимые условия для развития предпринимательства, получения прибыли. Нередко свойственные физической культуре и спорту движущие силы развития берут верх над стремлением получить прибыль как определяющий мотив деятельности. Подобное явление объясняется социальной ролью физической культуры и спорта в жизни общества, в формировании здорового образа жизни людей. Неслучайно процесс приватизации и разгосударствления не охватил всю сферу физической культуры и спорта. Продолжают работать физкультурно-спортивные объекты, находящиеся в собственности государственных органов и ставящие своей целью получение прибыли. Ряд физкультурно-спортивных организаций не берут в собственность спорткомплексы, предвидя банкротство из-за непомерно больших расходов на их эксплуатацию.

В современных условиях снижается бюджетная обеспеченность социально-культурной сферы, в результате чего особенно актуальными становятся вопросы оптимизации основных принципов процесса планирования и расходования средств социально-культурной сферы муниципалитета. Основным направлением реформирования бюджетного процесса является переход преимущественно к программно-целевым методам бюджетного планирования, обеспечивающим прямую взаимосвязь между распределением бюджетных ресурсов и фактическими или планируемыми результатами их использования в соответствии с установленными приоритетами муниципальной политики.

Однако для решения проблем финансирования учреждений социальной сферы требуется проработка правовых основ региональных целевых программ, устранение пробелов в их нормативно-методическом обеспечении.

Так, например, выполнение правительственной целевой программы о развитии физической культуры и спорта, а также реализация федерального закона в настоящее время в муниципальных образованиях затруднено, чему способствуют следующие причины:

– неготовность большинства городских и сельских поселений взять на себя финансирование инфраструктуры физкультурно-спортивной сферы в необходимых объемах, что отрицательно скажется на проведении массовых физкультурно-спортивных мероприятий и показателях вовлеченности граждан в занятия физической культурой и спортом;

– недостаточная проработка механизма договорных отношений по организации работы по физической культуре и спорту между муниципальными образованиями различного уровня;

– отсутствие механизма решения вопросов обеспечения спортивной подготовки, выходящей за рамки массовой физической культуры, деятельности учреждений спортивной направленности системы дополнительного образования, отнесенных к компетенции муниципальных образований, поселений и округов.

Таким образом, в современных социально-экономических условиях России финансирование организаций массового спорта во многих муниципальных образованиях сопровождается многочисленными проблемами. Поэтому здесь на первое место выходят косвенные формы финансовой поддержки: льготные тарифы на коммунальные услуги; выделение земельных участков на льготных условиях; предоставление инвентаря и спортивного оборудования бесплатно или на льготных условиях; помощь в поиске спонсоров; организация обмена информацией, организация тематических семинаров, построение информационной инфраструктуры; частичное финансирование работы высококвалифицированных специалистов; содержание центров научного, медицинского обслуживания сферы спорта и пр.

Тема лекционного занятия: Социальные проблемы физической культуры и спорта.
Цели занятия: изучить социальные проблемы физической культуры и спорта.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Значение рассмотрения современных социологических проблем физической культуры и спорта очень велико так как, изучая проблему, находятся и её средства разрешения.

В настоящее время человек испытывает на себе массу неблагоприятных воздействий на свой организм, связано это не только с проблемой экологии, но и с психологическим, техническим и даже экономическим воздействием. Этому может свидетельствовать рост хронических заболеваний у людей, не зависимо от их возраста, статуса, уровня дохода и т.п. Одной из наиболее важных задач общества является сохранить и вырастить здоровое поколение. Для этого необходимо изменить отношение человека к спорту, начать пропагандировать здоровый образ жизни, физические упражнения, ни как средства похудения или приход к идеальному телу, а прежде всего как сохранение собственного здоровья.

Социальный опрос в городе Кемерово. Были опрошены люди разных возрастных категорий о том, часто ли они занимаются спортом. Данные опроса представлены на диаграмме (рисунок).

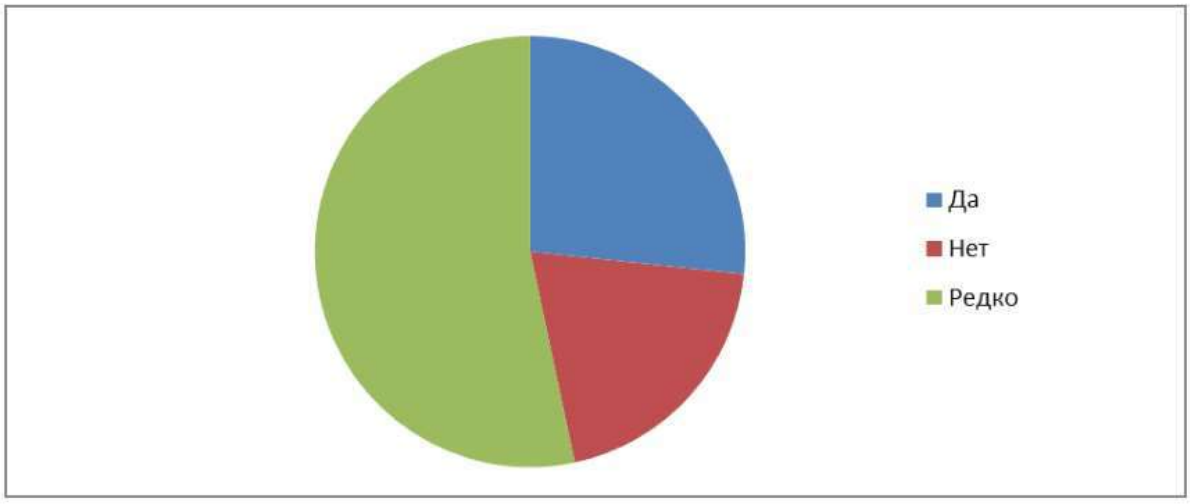


Рис. Данные опроса населения в городе Кемерово

Большинство опрошенных, которые выбрали вариант «Редко» были среднего возраста, люди, выбравшие вариант «Да» чаще всего, были моложе 25 лет, а вариант «Нет» чаще всего выбирали люди пенсионного возраста. Из данного опроса можно сделать вывод, что население ведет малоподвижный образ жизни. Большинство людей зрелого возраста занимают свое время работой и воспитанием детей. Они ищут оправдание в нехватке времени для занятия спортом. Пенсионеры ссылаются на свой преклонный возраст и убеждены, что человек их возраста уже не может вести активный образ жизни, по мнению молодежи, нехватка времени связана с учебой. У любого, даже самого занятого человека, может найтись время хотя бы на утреннюю зарядку или вечернюю пробежку. Основная проблема – это отсутствие желания у населения тратить своё время на спорт. Для устранения данной проблемы нужно ввести более глубокую пропаганду здорового образа жизни и спорта, направленную на рассеивание различных стереотипов населения.

В современном мире, довольно остро встала проблема в отношении нашего подрастающего поколения. Существенное падение уровня физического здоровья среди молодежи, распространение среди них различных заболеваний ставит под угрозу стабильность нашего общества в недалекой перспективе.

В связи со снижением занятий физической культурой, а также снижением престижности здорового образа жизни, падение значимости в профессии школьного учителя и тренера в детско-юношеских спортивных школах, всё больше и больше наклон идет в сторону престижных видов физических нагрузок, в частности, фитнесс, большой теннис, йога, такие занятия преимущественно для людей с определенным социальным положением и финансовым достатком. Все это привело не только к снижению уровня физического здоровья и физической подготовленности детей и молодежи, но и к формированию неблагоприятного имиджа массовой физической культуры.

Именно поэтому с вышеизложенной чрезвычайно актуальной проблемой на современном этапе представляется работа, направленная на восстановление значимости физической культуры и спорта в современном обществе. Большинство разнообразных программ уже не могут обеспечить решение данной проблемы, поскольку нужны социальные и экономические подходы, способные изменить неблагоприятную ситуацию в области физической культуры.

Также важна проблема квалифицированных кадров в области спортивной медицины. Всем давно известно, что большинство работающих в данной области не имеют на то должного и про-

фессионального образования. Высокий профессионализм и преданность своему делу не отменяют того, что данная проблема актуальна и по сей день. Всё усугубляется тем, что министерства и ведомства, ответственные за подготовку кадров в данной области не могут найти единое решение, которое помогло бы решить эту проблему.

Достаточно серьезной проблемой является целенаправленная, долгосрочная подготовка специалистов в области физического воспитания и спорта непосредственно по выбранной специальности.

Нельзя сказать, что сам процесс подготовки специалистов отвечает всем современным требованиям. Сложившиеся за многие десятилетия традиции и методики обучения еще позволяют готовить конкурентоспособных специалистов по физическому воспитанию во многих ВУЗах страны. Очевидно, прослеживается старение преподавательских кадров, технического обеспечения процесса, а также финансовой поддержки.

В данной проблеме остро стоит вопрос о прорыве, связанном как с открытием новых привлекательных и конкурентно способных специальностей по физическому воспитанию и спорту, так и с организацией их полноценного материального обеспечения, это некая потребность жизни общества.

Отмеченные проблемы в области физического воспитания также проявляются и в области спорта высших достижений. Множество достижений великих спортсменов на международной арене связаны с материальными и человеческими ресурсами, заложенными несколько десятилетий назад.

В настоящее время существенно снижается эффективность работы специализированных ДЮСШ по различным видам спорта, что связано с объективными причинами их недостаточного государственного финансирования, оттока квалифицированных кадров за рубеж, низкой степени материального стимулирования детских тренеров и т.п.

Решение данных проблем является главной задачей современного массового спорта и спорта высших достижений, ведь от этого будут зависеть результаты спортсменов, участвующих в различных соревнованиях. Решение проблемы подготовки спортивных кадров возможно за счет того, что сосредоточение всех ресурсов будет направленно на специализированные центры подготовки в конкретных городах России.

Возможно то, что в данной работе указаны не все проблемы, которые сейчас стоят перед физической культурой и спортом, но очевидно то, что развитие физической культуры и спорта на новом уровне является одной из наиболее актуальных проблем жизни современного общества, решение которой будет способствовать развитию всех его представителей.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Наука как вид деятельности. Методология науки

Формы практических заданий: письменная работа.

Примерный перечень тем письменных работ к Теме 1.1.

1. Что такое наука.
2. Что включают понятия: «наука о спорте», «педагогическая наука» и «методология спортивно-педагогического исследования».
3. Способы познания педагогических явлений.
4. Отличительные признаки научного исследования.
5. Выбор проблемы и темы научного исследования.
6. «Объект» и «предмет» научного исследования.

7. Определение цели и задач научного исследования.
8. Методы спортивно-педагогического исследования.
9. На чем основывается актуальность исследования.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия: Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре

Формы практических заданий: письменная работа.

Примерный перечень тем письменных работ к Теме 1.2.

1. «Научная новизна» и «практическая значимость» исследования.
2. Цель науки о физической культуре. Методология научного исследования в физической культуре и спорте.
3. Место и роль научно-методической и деятельности в подготовке студентов. Связь учебной, научной и методической деятельности студентов.
4. Основная проблематика научных исследований в области физической культуры и спорта.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия: Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации. Этапы научно-исследовательской работы.

Формы практических заданий: письменная работа.

Примерный перечень тем письменных работ к Теме 2.1.

1. Области исследований в сфере физической культуры и спорта.
2. Методы и методология научного исследования.
3. Проблемная ситуация и проблема исследования.
4. Объект и предмет научного познания.
5. Гипотеза исследования и ее разновидности.
6. Задачи исследований, требования к их постановке.
7. Актуальные проблемы теории и методики физического воспитания.
8. Наиболее распространенные методы исследований в области физической культуры.

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия: Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности**.**

Формы практических заданий: письменная работа.

Примерный перечень тем письменных работ к Теме 2.2.

1. Разновидности педагогических экспериментов (констатирующий, преобразующий, естественный, модельный).

2. Требования к формированию экспериментальной выборки.
3. Планирование эксперимента. Экспериментальные переменные.
4. Метрологическое обеспечение в физической культуре и спорте.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия Представление и оценка результатов научной и методической деятельности.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 3.1.

1. Понятие об оценке и оценивании. Шкалы оценок, их типы и разновидности.
2. Тестирование общей физической подготовленности занимающихся физкультурой и спортом.
3. Использование информационных технологий в научной деятельности в сфере физической культуры и спорта.
4. Мультимедиа технологии в физической культуре и спорте.
5. Информационные ресурсы интернет, поиск информации в интернет по проблемам физической культуры и спорта.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия. Оценка результатов научно-методических работ.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 3.2.

1. Произведения и авторское право.
2. Рецензирование.
3. Соавторство
4. Теоретическая значимость исследования.
5. Практическая значимость исследования.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия Внедрение научных исследований.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 4.1.

1. Формы внедрения научных исследований в ФК и спорте.
2. Итог исследовательской работы (виды работ, предложение).
3. Значимость научного исследования в области ФК и спорта.
4. Предложенная тема на договорных условиях (сущность договора).

5. Получении грантов на разработку проблем сферы ФК и спорта.
6. Международное признание результатов.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия. Эффективность научных исследований.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 4.2.

1. Антропометрические исследования в физической культуре и спорте.
2. Комплексная оценка физической подготовленности в физической культуре и спорте.
3. Контрольные испытания и тесты в организации исследований в области физической культуры и спорта.
4. Понятие «эффективность» в физической культуре с точки зрения науки.
5. Составляющие эффективности научных исследований физической культуры и спорта.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия Актуальные экономические проблемы физической культуры и спорта.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 5.1.

1. Комплексные направления современных исследований в области физической культуры и спорта.
2. Разработка системы управления процессом внедрения в практику результатов научных исследований в области ФК и спорта.
3. Здоровьесберегающая среда образовательной организации.
4. Поддержка государства перспективных научных исследований в области физической культуры. Статистика.
5. Поддержка государства перспективных научных исследований в области спорта. Статистика.
6. Система создания и применения методов стимулирования теоретиков и практиков к распространению и использования педагогических инноваций в области ФК и спорта.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

Тема занятия. Социальные проблемы физической культуры и спорта.

Формы практических заданий: письменная работа.
Примерный перечень тем письменных работ к Теме 5.2.

1. Педагог высшей школы. Кто он такой, преимущества, достоинства? Научные разработки с направленностью физкультурно-оздоровительного значения.
2. Пути повышения качества и значимости научных исследований в сфере физической культуры и спорта.
3. Обоснование критической необходимости активизации деятельности Российского государства и общества в освоении ценностей физической и спортивной культуры как важнейшего направления консолидации общества.
4. Научно-методическое обеспечение процессов модернизации содержания и организации массового физического воспитания детей различного возраста в общеобразовательных учреждениях.
5. Научно-технологическое обоснование инновационных преобразований в системе подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва

Требования к выполнению практического задания:

Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, письменный ответ на предложенную тему)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Основы научно-методической деятельности. Тема 1.1. Наука как вид деятельности. Методология науки	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.2. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 2. Планирование исследования, обработка полученной информации Тема 2.1. Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации. Этапы научно-исследовательской работы.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
РАЗДЕЛ 3. Оценка результатов научной деятельности. Тема 3.1. Представление и оценка результатов научной и методической деятельности	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 3.2. Оценка результатов научно-методических работ.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 4. Внедрение и эффективность научных исследований и методических работ. Тема 4.1. Внедрение научных исследований	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 4.2. Эффективность научных исследований	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 5. Актуальные проблемы и современное состояние научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Тема 5.1. Актуальные экономические проблемы физической культуры и спорта	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 5.2. Социальные проблемы физической культуры и спорта.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1. Наука как система научных знаний о явлениях и законах природы и общества
2. Научное исследование
3. Методология науки.
4. Методология научного исследования в физической культуре и спорте
5. Место и роль научно-методической деятельности в подготовке студентов физкультурных специальностей.
6. Методическая деятельность сферы физической культуры и спорта.
7. Место и роль научно-методической и деятельности в подготовке студентов.
8. Связь учебной, научной и методической деятельности студентов.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Планирование научно-исследовательской работы.
2. Постановка проблемы.
3. Выбор темы.
4. Разновидности педагогических экспериментов (констатирующий, преобразующий, естественный, модельный).
5. Требования к формированию экспериментальной выборки.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 3

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

1. Математико-статистическая обработка результатов исследования

2. Обобщение и интерпретация полученных данных;
3. Формулировка выводов и практических рекомендаций
4. Произведения и авторское право.
5. Рецензирование.
6. Соавторство
7. Теоретическая и практическая значимость исследования

Задания для самостоятельной работы к Разделу 4

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 4:

1. Критерии оценки результатов научного исследования.
2. Варианты внедрения результатов исследования в практику.
3. Антропометрические исследования в физической культуре и спорте.
4. Комплексная оценка физической подготовленности в физической культуре и спорте.
5. Контрольные испытания и тесты в организации исследований в области физической культуры и спорта.
6. Формы внедрения научных исследований в ФК и спорте.
7. Итог исследовательской работы (виды работ, предложение).
8. Значимость научного исследования в области ФК и спорта

Задания для самостоятельной работы к Разделу 5

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 5:

1. Проблемы государства и общества, системы образования и личности.
2. Тематика исследований в педагогических науках.
3. Тематика исследований в физкультурно-спортивной науке
4. Основная проблематика научных исследований в области физической культуры и спорта.
5. Пути повышения качества и значимости научных исследований в сфере физической культуры и спорта.
6. Обоснование критической необходимости активизации деятельности Российского государства и общества в освоении ценностей физической и спортивной культуры как важнейшего направления консолидации общества.
7. Научно-методическое обеспечение процессов модернизации содержания и организации массового физического воспитания детей различного возраста в общеобразовательных учреждениях.
8. Научно-технологическое обоснование инновационных преобразований в системе подготовки спортсменов высокого класса и спортивного резерва

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Основы научно-методической деятельности.

Тема 1.1. Наука как вид деятельности. Методология науки

Наука как вид деятельности

Субъект деятельности – учёный, исследователь.

Цель деятельности – приобретение новых знаний

Предмет (объект) деятельности – изучаемые объекты.

Средства деятельности – познавательные способности человека, приборы, методы научного познания.

Продукт (результат) деятельности – новые знания о мире.

Наука как вид познавательной деятельности

- Цель познания – решение какой-либо проблемы, задачи (с помощью нового знания)
- Методы и формы научного познания определяют особенности процессуальной стороны научной деятельности (ненаучная деятельность не имеет такой технологии – протекает случайно)
- Предмет научного познания – идеализированные объекты, законы, принципы устройства той или иной сферы действительности
- Средства научного познания – научный язык, понятия, а так же материальные средства (приборы, инструменты и так далее)

Наука – это сложное, многогранное социально-историческое явление. Представляя собой конкретную систему знаний, она вместе с тем есть своеобразная форма духовного производства и специфический социальный институт, имеющий свои организационные формы.

Наука многогранна.

Основные методологические подходы к пониманию науки



Основные аспекты науки как социального явления:

- наука как система знаний
- наука как процесс производства знаний
- наука как специфическая деятельность
- наука как производительная сила
- наука как социальный институт
- наука как форма общественного сознания
- наука как социокультурный феномен

Наука как система знаний

Отличается от других знаний:

- системностью, наличием определенной структуры
- объективностью
- строгой доказательностью
- принципиальной опытной проверяемостью
- воспроизводимостью
- обоснованностью
- общезначимостью
- наличие специального языка.


Наука как процесс производства знаний
Это можно представить в следующем виде:
ГИПОТЕЗА
ОЦЕНКА
ТЕОРИЯ
МЕТОД
ЭКСПЕРИМЕНТ
НАБЛЮДЕНИЕ
СЛЕДСТВИЯ
ОПРОВЕРЖЕНИЕ
ПОДТВЕРЖДЕНИЕ


Основные типы научных исследований
научные исследования
фундаментальные
прикладные
выявление основных фундаментальных законов
выявление способов применения фундаментальных знаний
приращение знания для решения практических задач

Наука как деятельность

Наука как специфическая деятельность – система познавательных действий, направленных на производство и теоретическую систематизацию достоверных знаний о природной, социальной и духовной реальности.

Это интеллектуальная деятельность, направленная на получение и применение новых знаний для:

- обеспечения функционирования науки, техники и производства как единой системы;
- решения технологических, инженерных, экономических, социальных, гуманитарных и иных проблем.



МЕТОДОЛОГИЯ НАУКИ

Необходимость науки

- «Если бы форма проявления и сущность вещей непосредственно совпадали, то всякая наука была бы излишня». [*Маркс К.* (1818-1883) Капитал]
- Без допущения законов невозможен логически достоверный «переход» от одного единичного события к другому. Также невозможен вывод частных случаев из одних только общих предположения. [необходимы единичные условия в качестве начальных]
- Сущность вещей, т.е. закон, которому они подчиняются, всегда искажается и скрывается её проявлениями. Закон всемирного притяжения как таковой не наблюдаем. Мы видим лишь его проявления – движение отдельных земных и небесных тел. **Необходимо специальное научное исследование для познания сущности вещей.**

МЕТОДОЛОГИЯ НАУКИ

Необходимость науки/иллюстрация

- ***Иллюстрация недостаточности обыденного опыта***
- Мы наблюдаем движение Солнца по небосводу с Востока на Запад (в Северном полушарии), но не движение Земли вокруг Солнца. Чтобы согласовать наблюдение с механикой, необходимо знать принцип относительности движения
- Как будет двигаться тело, на которое постоянно действует одна и та же сила?
  - *Равномерно* (распространенный, но ошибочный ответ)
  - *Ускоренно*, так как согласно закону механики $a = F/m$ если $F > 0$, то и $a > 0$ (a – ускорение; F – сила, действующая на тело; m – масса тела)
- Необходимость науки вызвана необходимостью (1) знать законы реальности и (2) знать причины этих законов

МЕТОДОЛОГИЯ НАУКИ

Понятие науки/признаки

- ***Признаки науки***
  - Объективность, универсальность и необходимость научного знания
  - Подверженность критике и опровержению
  - Публичность научного знания
  - Автономность (только научное сообщество решает вопросы о научном статусе теорий)
  - Прогрессивный характер развития
  - Необходимость проведения научных исследований
  - Наличие когнитивных моделей и методологических предписаний, регулирующих научное исследование

Тема 1.2. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих педагогов по физической культуре**.**

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РАБОТЫ ПО СУЩЕСТВУ ЯВЛЯЮТСЯ ЧАСТНЫМ СЛУЧАЕМ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ РАБОТ

Методика исследования – это своеобразная программа исследования в целом, результат всесторонней предварительной разработки той или иной проблемы.



Методы исследования – это пути, способы получения тех или иных данных.

7

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ

- **Цель** формулируется кратко выражая то основное, что намеревается сделать исследователь.

Целью исследований может быть:

- разработка методик и средств обучения, тренировки, воспитания способностей личности,
- развития двигательных способностей, форм и методов физического воспитания в различных структурных подразделениях и возрастных группах,
- содержания обучения, путей и средств совершенствования управления учебно-тренировочным и воспитательным процессом и т. д.



12

ПОДБОР ИССЛЕДУЕМЫХ

Исследуемые лица должны быть максимально идентичными по своим характеристикам.

Только в этом случае можно будет утверждать, что эффективность педагогического процесса достигнута за счет нового учебно-воспитательного элемента, а не за счет лучшего физического развития исследуемых экспериментальной группы.



18

ВЫБОР МЕТОДОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

Метод исследования – это способ получения сбора, обработки или анализа данных.

Наибольшее распространение методы:

- анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов;
- опрос (беседа, интервью и анкетирование);
- контрольные испытания (тестирование);
- хронометрирование;
- экспертное оценивание;
- педагогическое наблюдение
- педагогический эксперимент;
- методы математической обработки.



19



РАЗДЕЛ 2. Планирование исследования, обработка полученной информации

Тема 2.1. Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации. Этапы научно-исследовательской работы.



ВЫБОР ТЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Недостаточность знаний, фактов, противоречивость научных представлений создают основания для проведения научного исследования.

Постановка научной проблемы предполагает:

- обнаружение существования такого дефицита;
- осознание потребности в устранении дефицита;
- формулирование проблемы.



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕКТА ИССЛЕДОВАНИЯ

Объект исследования – это процесс или явление, которые избраны для изучения, содержат проблемную ситуацию и служат источником необходимой для исследователя информации.

Объектом исследования могут быть процессы: учебно-воспитательный, учебно-организационный, тренировочный, управленческий и др.



ЦЕЛЬ КОНКРЕТИЗИРУЕТСЯ В ЗАДАЧАХ ИССЛЕДОВАНИЯ

- Первая - связана с уточнением структуры изучаемого объекта.
- Вторая - связана с анализом реального состояния предмета исследования.
- Третья - с выявлением путей и средств повышения эффективности исследуемого явления.
- Четвертая – с опытно-экспериментальной проверкой эффективности предлагаемых преобразований.



13

ФОРМУЛИРОВКА НАЗВАНИЯ РАБОТЫ

Название работы необходимо формулировать кратко, точно в соответствии с ее содержанием, должен быть отражен предмет исследования. Часто в ходе исследования возникают более удачные названия.



14

РАЗРАБОТКА ГИПОТЕЗЫ

Гипотеза – научное предположение, требующее проверки на опыте и теоретического обоснования, подтверждения. Все гипотезы делятся на описательные и объяснительные.

- В первых описывается связь между педагогическими средствами формирования того или иного качества и результатом экспериментальной деятельности.
- Во вторых раскрываются внутренние условия, механизмы, причины и следствия.



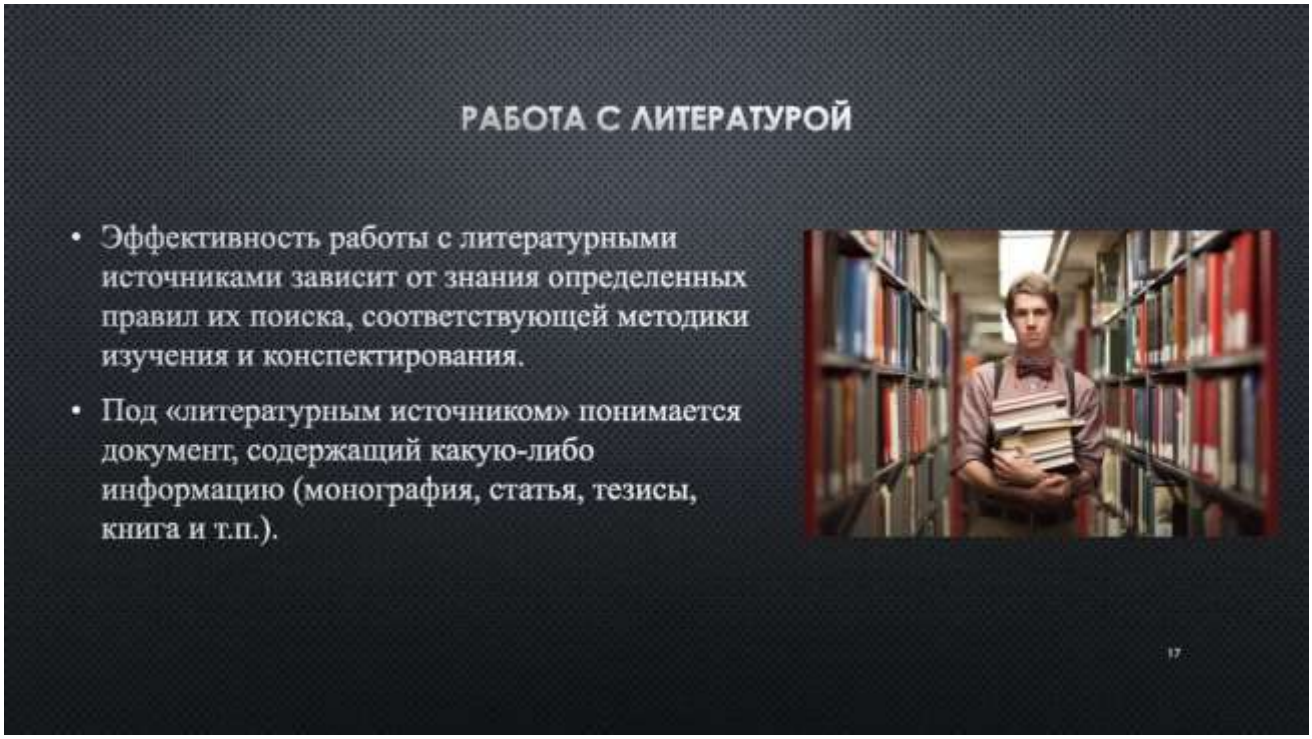
15

СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА ИССЛЕДОВАНИЯ

- План исследования представляет собой намеченную программу действий, которая включает все этапы работы с определением календарных сроков их выполнения.
- План необходим для того, чтобы правильно организовать работу и придать ей более целеустремленный характер.



16



Тема 2.2. Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности.



ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

- На этом этапе работы с помощью выбранных методов исследования собирают необходимые эмпирические данные для проверки выдвинутой гипотезы.
- Исследование проводится на основе общей программы эксперимента, программ ведения занятий в экспериментальных и контрольных группах, а также программы ведения наблюдений.



22

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

- Обработка результатов исследования начинается с составления сводных таблиц полученных данных.
- И для ручной, и для компьютерной обработки в исходную сводную таблицу заносят начальные данные в форме десятичного числа, т.е. предварительно пересчитать минуты в десятичные доли часа, секунды – в десятичные доли минуты, количество месяцев – в десятичную долю года и т. д.



23

МАТЕМАТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА ДАННЫХ

Важнейшими статистическими характеристиками являются:

а) средняя арифметическая

б) среднее квадратическое отклонение

в) коэффициент вариации

Ориентируясь на эти характеристики нормального распределения, можно оценить степень близости к нему рассматриваемого распределения.



24

СТАТИСТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Средней арифметической величиной называется такое среднее значение признака, при вычислении которого общий объем признака в совокупности сохраняется неизменным.
- Среднее квадратичное отклонение определяется как обобщающая характеристика размеров вариации признака в совокупности.
- Коэффициент вариации – это мера относительного разброса случайной величины. Он показывает, какую долю составляет средний разброс случайной величины от среднего значения этой величины.

25

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ

Это совокупность основанных на математической теории корреляции методов обнаружения корреляционной зависимости между двумя случайными признаками или факторами.

Он включает следующие основные практические приёмы:

- построение корреляционного поля и составление корреляционной таблицы;

- вычисление выборочных коэффициентов корреляции или корреляционного отношения;

- проверка статистической гипотезы значимости связи.

26

КРИТЕРИИ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ВЫБОРОК ВЫЧИСЛЯЮТ ПО ФОРМУЛАМ

- **Критерий Фишера** применяется для проверки равенства дисперсий двух выборок. Его относят к критериям рассеяния. Критерий Фишера основан на дополнительных предположениях о независимости и нормальности выборок данных.
- **Критерий** Стьюдента — общее название для статистических тестов, в которых статистика критерия имеет распределение Стьюдента. Наиболее часто критерии применяются для проверки равенства средних значений в двух выборках.
- **Коэффициент** корреляции Спирмена — мера линейной связи между случайными величинами. Корреляция Спирмена является ранговой, то есть для оценки силы связи используются не численные значения, а соответствующие им ранги.
- Коэффициент корреляции Браве -Пирсона применим в том случае, если измерение значений исследуемых признаков производятся в шкале отношений или интервалов и форма зависимости является линейной т.е. при увеличении одной случайной величины другая случайная величина имеет тенденцию возрастать (убывать) по линейному закону.

27

ОЦЕНКА ДОСТОВЕРНОСТИ РАЗЛИЧИЙ

между двумя или более рядами значений.

В математической статистике существует ряд способов для ее решения. Компьютерный вариант обработки данных стал в настоящее время наиболее распространенным.

Во многих прикладных статистических программах есть процедуры оценки различий между параметрами одной выборки или разных выборок.



РАЗДЕЛ 3. Оценка результатов научной деятельности.
Тема 3.1. Представление и оценка результатов научной и методической деятельности

ФОРМУЛИРОВАНИЕ ВЫВОДОВ

- Выводы – это утверждения, выражающие в краткой форме содержательные итоги исследования, они в тезисной форме отражают то новое, что получено самим автором.
- Решение каждой из перечисленных во введении задач должно быть определенным образом отражено в выводах.



ОФОРМЛЕНИЕ РАБОТЫ

- Задача данного этапа работы представить полученные результаты в общедоступной и понятной форме, позволяющей сравнивать их с результатами других исследователей и использовать в практической деятельности.
- Оформление работы должно соответствовать требованиям, предъявляемым к работам, направляемым в печать.



30

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ВЕДЕНИЮ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ (НИР)

Работа с научным руководителем обычно начинается с решения несколько пробных задачек и/или чтения нескольких статей по теме.

Получив очередное задание, не стесняйтесь обратиться за дополнительными разъяснениями. Гораздо хуже, если вы, закопавшись, надолго пропадёте, так ничего и не сделав.



31

РЕКОМЕНДАЦИИ

Другая распространённая ошибка — откладывать научную работу на потом.

Обычно руководитель рассчитывает, что ваша работа вольётся в общее исследование и ожидает определённых результатов к определённым срокам.

Если вы справляетесь с первой задачкой быстро, то получаете усложнение, потом следующее, и к концу учёбы набегают ощутимые результаты.



32

РЕКОМЕНДАЦИИ

НИР надо заниматься постоянно. Хорошие идеи появляются в результате многократных совместных обсуждений, причём не сразу.

Необходимо время, чтобы разобраться в причинах неудач первых экспериментов, придумать лучший алгоритм, что-то понять и доказать о его свойствах.

Поэтому хорошую работу объективно можно сделать только за пару семестров.



33

Тема 3.2. Оценка результатов научно-методических работ.

НАИБОЛЕЕ АКТУАЛЬНЫЕ ТЕМЫ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- влияние оздоровительных, образовательных и воспитательных воздействий средств физической культуры и спорта на различные по возрасту, полу, уровню образования, образу жизни, учебной, трудовой деятельности категории занимающихся;
- совершенствование методики стимулирования естественного созревания функций организма, психики у детей различных возрастных групп, формирование правильной осанки, повышение общей физической подготовленности, неспецифической устойчивости к воздействию внешней среды обитания, лечебные возможности физических упражнений при различных видах заболеваний, продление жизни.



45

Академик И.П. Павлов к ведущим качествам личности ученого-исследователя относил:

научную последовательность;

прочность познания азов науки и стремление от них к вершинам человеческих знаний;

сдержанность, терпение;

готовность и умение делать черновую работу;

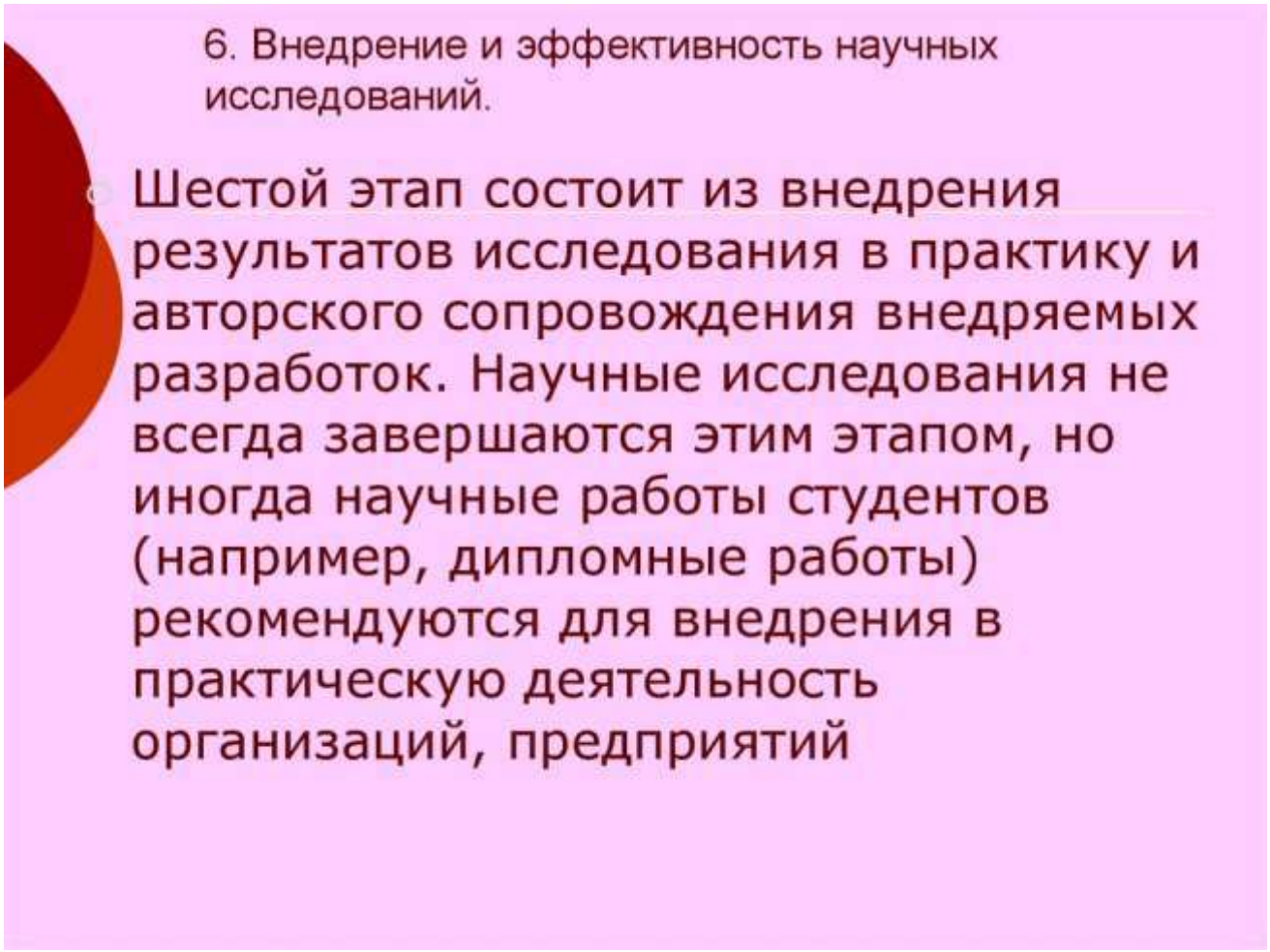
умение терпеливо накапливать факты;

научную скромность;

готовность отдать науке всю жизнь.



РАЗДЕЛ 4. Внедрение и эффективность научных исследований и методических работ.
Тема 4.1. Внедрение научных исследований



Тема 4.2. Эффективность научных исследований

Основные виды эффективности научных исследований

1) экономическая эффективность — рост национального дохода, повышение производительности труда, качества продукции, снижение затрат на научные исследования;

2) укрепление обороноспособности страны;

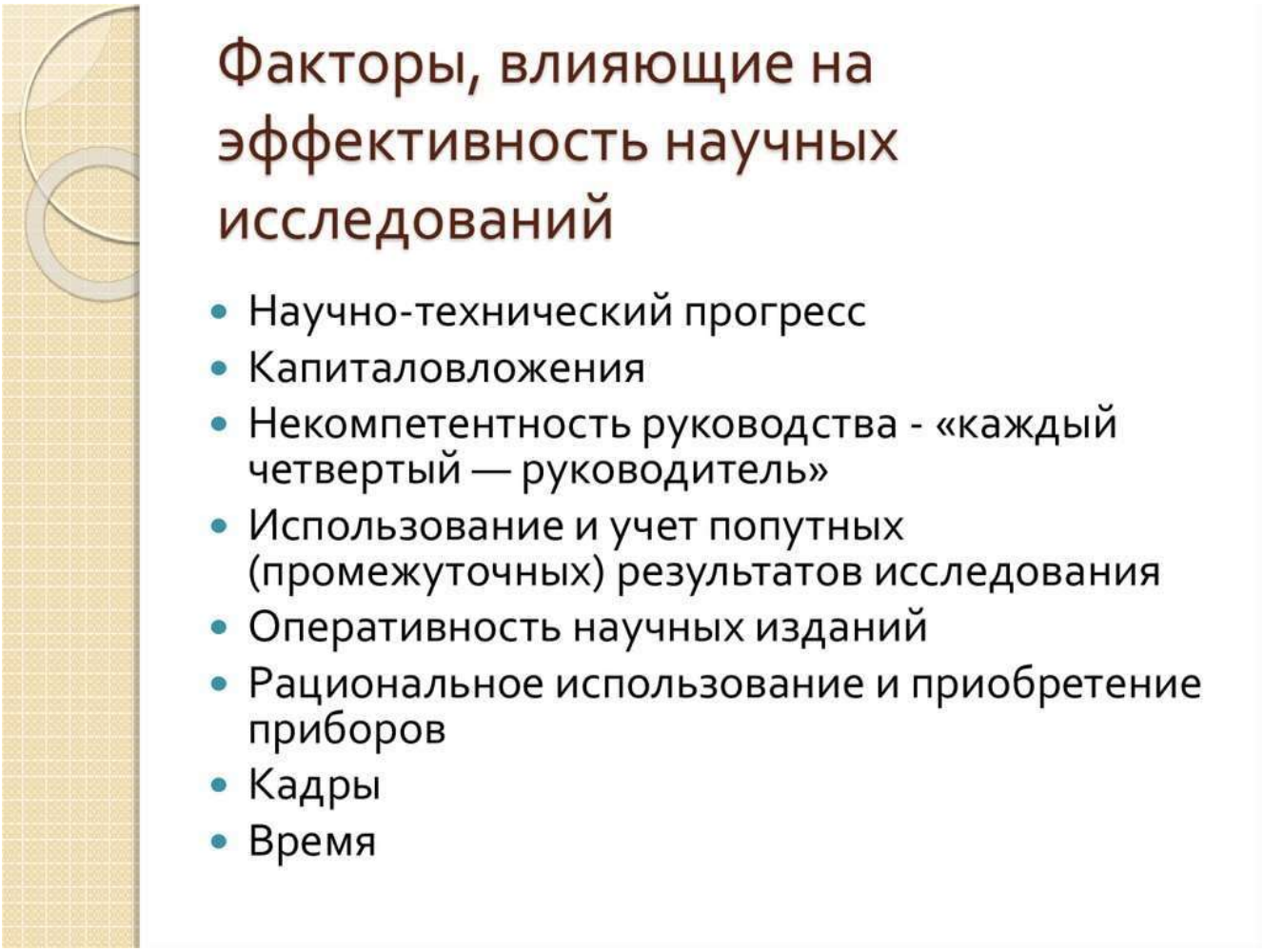
3) социально-экономическая эффективность — ликвидация тяжелого труда, улучшение санитарно-гигиенических условий труда, очистка окружающей среды и т. д;

4) престиж отечественной науки

Экономическая эффективность научных исследований

Сущность экономической эффективности:

- Экономический эффект – это совокупность результатов научных исследований во всех сферах деятельности в виде: внешних затрат труда; улучшения условий труда; увеличения свободного времени; роста культурного и образовательного уровня и т.д.
- Критерии эффективности – минимизация затрат на достижение заданных величин: роста дохода; повышение жизненного уровня и т.д. или максимизация результатов при определенных затратах
- Компоненты эффективности научных исследований: социальный; инфляционный, экономический, экологический эффекты



РАЗДЕЛ 5 Актуальные проблемы и современное состояние научных исследований в сфере физической культуры и спорта.
Тема 5.1. Актуальные экономические проблемы физической культуры и спорта



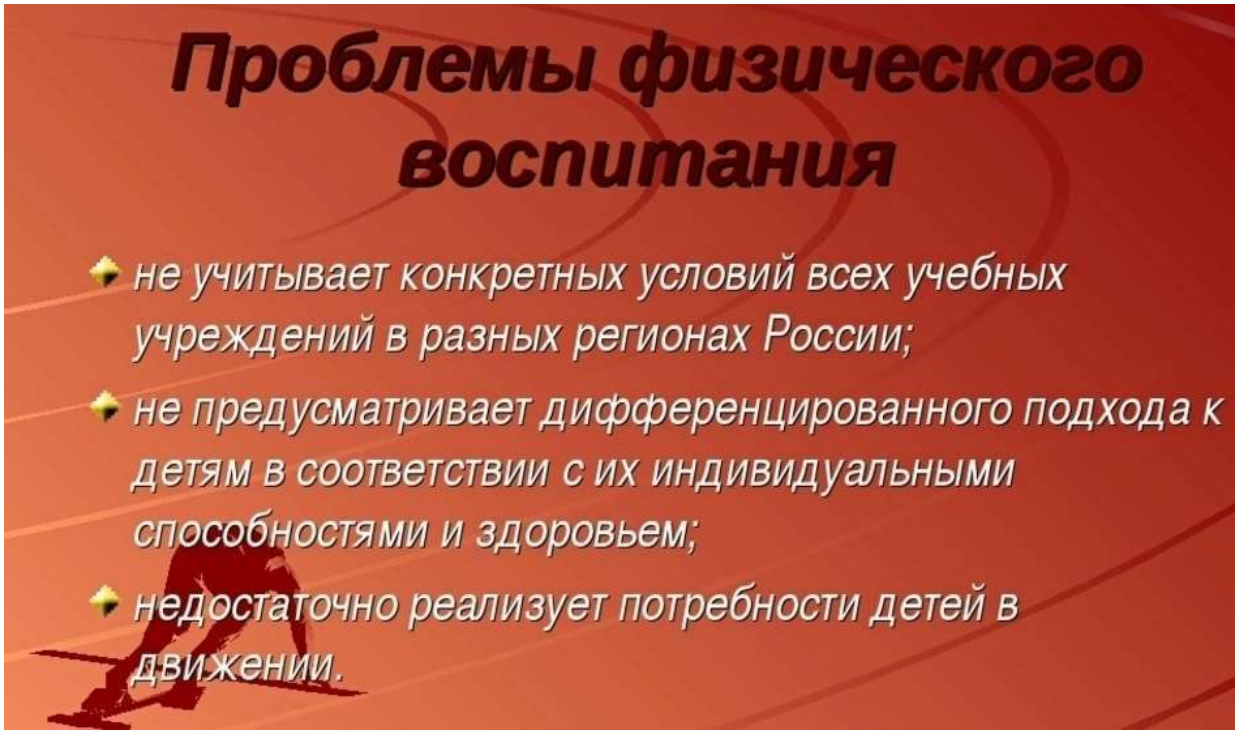
Проблемное поле педагогической системологии, границы применения ее положений и идей

- Как выявить и научно обосновать системную природу педагогического объекта в контексте окружающей среды, на какие закономерности, идеи, принципы и методы здесь нужно опираться;
- Какими будут логика и последовательность педагогических действий при реализации идей и положений системологического подхода;
- Как смоделировать педагогический объект-систему, чтобы она успешно выполняла желаемый набор функций в заданной среде;
- Как обеспечить успешное функционирование педагогической системы конкретного типа и т.д.

Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки

Основная проблематика научных исследований в области физической культуры и спорта

- Область проблем научно-исследовательского и научно-методического характера, которые могут служить ориентиром для будущих специалистов по физической культуре и спорту, а также для лиц, занятых профессиональной деятельностью в этой области.
- 1. Методология проектирования инновационных процессов в физическом воспитании детей и спортивной подготовке детей и юношества.
- 2. Проблемы государственной и муниципальной поддержки физического воспитания и спортивной подготовки дошкольников и учащейся молодежи.
- 3. Развитие инфраструктуры материально-технического и информационного обеспечения учебно-тренировочного процесса в образовательных учреждениях.



Тема 5.2. Социальные проблемы физической культуры и спорта



Проблемы физической культуры:

1. НИЗКИЙ ПРОЦЕНТ НАСЕЛЕНИЯ, РЕГУЛЯРНО ЗАНИМАЮЩЕГОСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ
2. ШИРОКОЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, УХУДШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ
3. ПЛАТНЫЕ ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЯХ, ПЛОХОЕ ФИНАНСИРОВАНИЕ

Проблема развития массового спорта



Проблема развития массового спорта сегодня является актуальной для всей России, потому как ухудшение характеристик народонаселения в последние годы в нашей стране особенно заметно – речь здесь идет о низкой рождаемости, высокой смертности от сердечно-сосудистых заболеваний, наркомании и алкоголизма, снижении общего уровня духовности и нравственности, устойчивой динамике ухудшения показателей физического развития, подготовленности, физической и интеллектуальной работоспособности россиян.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

1. ***Учет особенностей современной системы подготовки спортсменов высшей квалификации.***
2. ***Чрезмерные нагрузки в спорте высших достижений.***
3. ***Объемы тренировочной работы при подготовке к соревнованиям и проблема полноценного отдыха и питания.***
4. ***Перегрузка соревновательной деятельностью на этапах многолетней подготовки.***

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ	
Тема 1.1 Введение. Исторический очерк. Виды спортивно-зрелищных мероприятий. Развитие жанра и становление спортивной режиссуры.	Физкультурный парад на площади. Массовые спортивно-художественные представления на стадионе. Мозаичные рисунки, темпо-ритмический рисунок и его значение в массовом спортивно-художественном представлении. Фонирующая группа и ее основные функции.
Тема 1.2. Основные и специфические выразительные средства массового спортивно-художественного представления. Специфические выразительные средства массовых спортивно-художественных представлений на стадионе.	Массовые упражнения. Вольные упражнения. Поточные упражнения. Пирамидковые упражнения. Построения и перестроения. Групповые и сольные (вставные) номера. Художественный фон — живой экран. Уровни организационной структуры массового спортивно-художественного представления. Штаб подготовки массового спортивно-художественного представления. Структура организации в подготовке массового спортивно-художественного представления. Руководящие документы в работе штаба. Требования к начальнику штаба. Основные периоды в работе штаба.
Тема 1.3. Режиссура массовых спортивно-художественных представлений.	Особенности режиссуры массовых спортивно-художественных представлений на стадионе. Специфические выразительные средства массовых спортивно-художественных представлений на стадионе.

Тема 1.4. Сценарно-режиссерский замысел и план-сценарий массового спортивно-художественного представления.	**Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность**
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ПРОВЕДЕНИЯ МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ	
Тема 2.1. Технология разработки массовых упражнений.	Основные подходы к соединению музыки и движений. Основы музыкальной грамоты. Свойства музыкального звука. Запись длительности звуков. Музыкальный размер. Ритм. Темп. Структура музыкальных произведений. Составление двигательных композиций. Подготовка художественного фона. Вводные замечания. Технология разработки художественного фона. Расписывание программы художественного фона непосредственно по карточкам участников с помощью расписчиков. Расписывание программы художественного фона в два этапа. Расписывание программы художественного фона самими участниками под руководством руководителей колонн. Использование компьютера для подготовки программы художественного фона. Основные приемы создания «живого» художественного фона. Управление фоном.
Тема 2.2. Композиционно-постановочный план массового спортивно-художественного представления на стадионе.	Общая характеристика композиционно-постановочного плана. Методы и приемы разработки композиционно-постановочного плана. Основы технологии разработки композиционно-постановочного плана. Особенности разработки начала эпизода. Разработка нетематического начала. Прием обратного действия. Разработка тематического начала. Анализ, расчет и способы построение рисунка. Разработка тематического начала-пролога. Прием возврата к исходному построению. Особенности разработки массового номера. Сольные и групповые номера в композиции массовых спортивно-художественных представлений. Особенности разработки заключительной части (финал, уход).
Тема 2.3. Функции и содержание деятельности главного режиссера и постановочной группы.	Главный режиссер и постановочная группа. Особенности комплектования режиссерско-постановочной группы. Музыкальное решение представления. Вводные замечания. Особенности музыкального решения массового спортивно-художественного представления на стадионе. Художественное решение представления. Вводные замечания. Особенности художественного решения массового спортивно-художественного представления на стадионе. Работа с режиссерами-постановщиками отдельных массовых эпизодов.
Тема 2.4. Организация и методика репетиционной работы. Театрализация и творческий метод в массовых спортивно-художественных представлениях.	**Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.**

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный

на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На

коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Вопросы для самоподготовки

Перечень изучаемых элементов содержания

1. Физкультурный парад на площади.
2. Массовые спортивно-художественные представления на стадионе.
3. Мозаичные рисунки, темпо-ритмический рисунок и его значение в массовом спортивно-художественном представлении.
4. Фонирующая группа и ее основные функции.
5. Массовые упражнения.
6. Вольные упражнения.
7. Поточные упражнения.
8. Пирамидковые упражнения.
9. Построения и перестроения.
10. Групповые и сольные (вставные) номера.
11. Художественный фон — живой экран.
12. Уровни организационной структуры массового спортивно-художественного представления.
13. Штаб подготовки массового спортивно-художественного представления.

14. Структура организации в подготовке массового спортивно-художественного представления.
15. Руководящие документы в работе штаба.
16. Требования к начальнику штаба. Основные периоды в работе штаба.
17. Особенности режиссуры массовых спортивно-художественных представлений на стадионе.
18. Специфические выразительные средства массовых спортивно-художественных представлений на стадионе.
19. **Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность.**

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ПРОВЕДЕНИЯ МАССОВЫХ ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Вопросы для самоподготовки

1. Основные подходы к соединению музыки и движений.
2. Основы музыкальной грамоты.
3. Свойства музыкального звука.
4. Запись длительности звуков.
5. Музыкальный размер.
6. Ритм. Темп.
7. Структура музыкальных произведений.
8. Составление двигательных композиций.
9. Подготовка художественного фона. Вводные замечания.
10. Технология разработки художественного фона.
11. Расписывание программы художественного фона непосредственно по карточкам участников с помощью расписчиков.
12. Расписывание программы художественного фона в два этапа.
13. Расписывание программы художественного фона самими участниками под руководством руководителей колонн.
14. Использование компьютера для подготовки программы художественного фона.
15. Основные приемы создания «живого» художественного фона. Управление фоном.
16. Общая характеристика композиционно-постановочного плана.
17. Методы и приемы разработки композиционно-постановочного плана.
18. Основы технологии разработки композиционно-постановочного плана.
19. Особенности разработки начала эпизода.
20. Разработка нетематического начала. Прием обратного действия.
21. Разработка тематического начала.
22. Анализ, расчет и способы построение рисунка.
23. Разработка тематического начала-пролога. Прием возврата к исходному построению. Особенности разработки массового номера.
24. Сольные и групповые номера в композиции массовых спортивно-художественных представлений.
25. Особенности разработки заключительной части (финал, уход).
26. Главный режиссер и постановочная группа. Особенности комплектования режиссерско-постановочной группы.
27. Музыкальное решение представления. Вводные замечания.
28. Особенности музыкального решения массового спортивно-художественного представления на стадионе.
29. Художественное решение представления. Вводные замечания.
30. Особенности художественного решения массового спортивно-художественного представления на стадионе.
31. Работа с режиссерами-постановщиками отдельных массовых эпизодов.

32. **Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.**

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия

(при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения,

усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая

подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*

ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок

16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ МЕТРОЛОГИИ И ТЕОРИИ ИЗМЕРЕНИЙ	
Тема 1.	Предмет и задачи спортивной метрологии. Место спортивной метрологии среди других наук о физическом воспитании и спорте. Спортивная тренировка как процесс управления. Суть и содержание понятия управления, управление в спортивно-тренировочном процессе. Виды контроля за спортивной подготовкой. Типы состояний объекта спортивного метрологического контроля: устойчивое, текущее, оперативное. Суть, содержание понятия показателя спортивной подготовленности. Суть и содержание понятия спортивно-технического мастерства. Параметры и признаки спортивной подготовленности. Классификация показателей спортивной подготовленности по количеству характеризующих свойств. Силовые и скоростные показатели физической подготовленности. Показатели технической и тактической подготовленности спортсмена. Показатели теоретической и функциональной подготовленности в спорте. Психометрические показатели как оценка успешности заданного вида деятельности. Показатели субъективных состояний спортсмена. Суть и содержание понятия соревновательной надежности. Законодательная база метрологии, система госстандартов. Измеряемые величины. Сущность и содержание понятия физической величины. Параметры, измеряемые в физической культуре и спорте. Основные и производные величины. Единица физической величины и ее значение. Системы единиц физических величин. Измерения и их виды. Сущность и содержание понятия измерение. Виды

	измерений по способу получения числового значения. Виды измерений по характеру измерения величины. Виды измерений по количеству измерительной информации. Основные параметры, измеряемые в физической культуре и спорте. Факторы, влияющие на качество измерений. Особенности измерений в спорте. Точность измерений: единство и погрешности. Средства измерений: эталоны, их виды и классификация, понятие меры, измерительные преобразователи, измерительные приборы, установки и системы, передача и представление измерительной информации. Государственная метрологическая служба России. Метрологические характеристики средств измерений. Государственный метрологический контроль. Проверка и калибровка средств измерений. Организация и проведение поверки средств измерений. Аттестация технических средств измерений. Понятие паспорта технического средства.
РАЗДЕЛ 2. СТАТИСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОБРАБОТКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ИЗМЕРЕНИЙ.	
Тема 1.	Область применения и прикладные особенности использования методов математической статистики в области физической культуры и спорта. Статистические показатели вариативности. Стандартное отклонение. Коэффициент вариации. Область использования стандартного отклонения и коэффициента вариации в разработке тестов и системе оценивания в физическом воспитании и спорте. Корреляционные методы, их характеристика и применение в работе с тестами. Линейная и нелинейная корреляции. Использование коэффициентов корреляции О. Браве-К. Пирсона, корреляционного отношения, тетрахорического коэффициента корреляции. Регрессионный анализ. Характеристика и область применения регрессионного анализа. Формы регрессии. Экстраполяция и интерполяция. Метод регрессионных остатков. Дисперсионные методы. Характеристика дисперсионного анализа. Область применения дисперсионного анализа. Причина появления общей, факториальной, межгрупповой и индивидуальной дисперсий при проведении тестирования Однофакторный и двухфакторный комплексы дисперсионного анализа.
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ТЕОРИИ ТЕСТОВ	
Тема 1.	Спортсмен как объект измерительной процедуры. Тестирование как вид косвенного измерения. Принцип надежности тестов. Принцип информативности тестов. Определение теста. Задачи. Классификация двигательных тестов. Требования к тестам. Стандартизация условий. Понятие надежности теста, виды определения, методы определения, оценка надежности. Понятие информативности теста, методы определения, оценка информативности. Система оценок, виды контроля. Организация тестирования. Порядок проведения теста. Система общеевропейских тестов для оценки физического состояния человека. Структура системы тестов. Измерение

	качества.
РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ОЦЕНОК И КВАЛИМЕТРИИ	
Тема 1.	Суть и содержание понятия педагогической оценки. Основные типы шкал оценок. Виды норм спортивной метрологии. Квалиметрия как раздел спортивной метрологии, измерение качества. Экспертное оценивание и методика проведения экспертизы. Качества профессиональной пригодности эксперта. Понятие экспертизы. Организация экспертизы. Методы обработки экспертизы. Оценка конкордантности. Абсолютная и относительная эффективность экспертов. Примеры применения квалиметрических методов в спортивной практике. Методы экспертной оценки (метод непосредственной оценки, метод ранжирования или предпочтения).

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность людей (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов

проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ МЕТРОЛОГИИ И ТЕОРИИ ИЗМЕРЕНИЙ

Вопросы для самоподготовки

1. Предмет и задачи спортивной метрологии.

2. Место спортивной метрологии среди других наук о физическом воспитании и спорте. Спортивная тренировка как процесс управления.
3. Суть и содержание понятия управления, управление в спортивно-тренировочном процессе.
4. Виды контроля за спортивной подготовкой.
5. Типы состояний объекта спортивного метрологического контроля: устойчивое, текущее, оперативное.
6. Суть, содержание понятия показателя спортивной подготовленности.
7. Суть и содержание понятия спортивно-технического мастерства.
8. Параметры и признаки спортивной подготовленности.
9. Классификация показателей спортивной подготовленности по количеству характеризующих свойств.
10. Силовые и скоростные показатели физической подготовленности.
11. Показатели технической и тактической подготовленности спортсмена.
12. Показатели теоретической и функциональной подготовленности в спорте.
13. Психометрические показатели как оценка успешности заданного вида деятельности. Показатели субъективных состояний спортсмена.
14. Суть и содержание понятия соревновательной надежности.
15. Законодательная база метрологии, система госстандартов.
16. Измеряемые величины.
17. Сущность и содержание понятия физической величины.
18. Параметры, измеряемые в физической культуре и спорте.
19. Основные и производные величины.
20. Единица физической величины и ее значение.
21. Системы единиц физических величин.
22. Измерения и их виды.
23. Сущность и содержание понятия измерение.
24. Виды измерений по способу получения числового значения.
25. Виды измерений по характеру измерения величины.
26. Виды измерений по количеству измерительной информации.
27. Основные параметры, измеряемые в физической культуре и спорте.
28. Факторы, влияющие на качество измерений.
29. Особенности измерений в спорте.
30. Точность измерений: единство и погрешности.
31. Средства измерений: эталоны, их виды и классификация, понятие меры, измерительные преобразователи, измерительные приборы, установки и системы, передача и представление измерительной информации.
32. Государственная метрологическая служба России.
33. Метрологические характеристики средств измерений.
34. Государственный метрологический контроль.
35. Проверка и калибровка средств измерений.
36. Организация и проведение поверки средств измерений.
37. Аттестация технических средств измерений.
38. Понятие паспорта технического средства.

РАЗДЕЛ 2. СТАТИСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОБРАБОТКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ИЗМЕРЕНИЙ.

Вопросы для самоподготовки

1. Область применения и прикладные особенности использования методов математической статистики в области физической культуры и спорта.
2. Статистические показатели вариативности.
3. Стандартное отклонение.

4. Коэффициент вариации.
5. Область использования стандартного отклонения и коэффициента вариации в разработке тестов и системе оценивания в физическом воспитании и спорте.
6. Корреляционные методы, их характеристика и применение в работе с тестами.
7. Линейная и нелинейная корреляции.
8. Использование коэффициентов корреляции О. Браве-К. Пирсона, корреляционного отношения, тетрахорического коэффициента корреляции.
9. Регрессионный анализ.
10. Характеристика и область применения регрессионного анализа. Формы регрессии. Экстраполяция и интерполяция.
11. Метод регрессионных остатков.
12. Дисперсионные методы.
13. Характеристика дисперсионного анализа.
14. Область применения дисперсионного анализа.
15. Причина появления общей, факториальной, межгрупповой и индивидуальной дисперсий при проведении тестирования
16. Однофакторный и двухфакторный комплексы дисперсионного анализа.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ТЕОРИИ ТЕСТОВ

Вопросы для самоподготовки

1. Спортсмен как объект измерительной процедуры.
2. Тестирование как вид косвенного измерения.
3. Принцип надежности тестов.
4. Принцип информативности тестов.
5. Определение теста.
6. Классификация двигательных тестов.
7. Требования к тестам.
8. Стандартизация условий.
9. Понятие надежности теста, виды определения, методы определения, оценка надежности. Понятие информативности теста, методы определения, оценка информативности.
10. Система оценок, виды контроля.
11. Организация тестирования.
12. Порядок проведения теста.
13. Система общеевропейских тестов для оценки физического состояния человека. Структура системы тестов.
14. Измерение качества.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ОЦЕНОК И КВАЛИМЕТРИИ

Вопросы для самоподготовки

1. Суть и содержание понятия педагогической оценки.
2. Основные типы шкал оценок.
3. Виды норм спортивной метрологии.
4. Квалиметрия как раздел спортивной метрологии, измерение качества.
5. Экспертное оценивание и методика проведения экспертизы.
6. Качества профессиональной пригодности эксперта.
7. Понятие экспертизы.
8. Организация экспертизы.
9. Методы обработки экспертизы.
10. Оценка конкордантности.
11. Абсолютная и относительная эффективность экспертов.

12. Примеры применения квалиметрических методов в спортивной практике.
13. Методы экспертной оценки (метод непосредственной оценки, метод ранжирования или предпочтения).

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по

заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим

собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);
- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно

повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*

ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок

16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ СЕМЕЙНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Направление подготовки
44.03.01. «Педагогическое образование»

Направленность
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ

Москва, 2025 г.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю)

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса в вузе. Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение педагогическим работником учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности обучающихся по овладению программным материалом дисциплины (модуля). Чтение курса лекций позволяет дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, сообщить слушателям основное содержание предмета в целостном, систематизированном виде. В ряде случаев лекция выполняет функцию основного источника информации: при отсутствии учебников и учебных пособий, чаще по новым курсам; в случае, когда новые научные данные по той или иной теме не нашли отражения в учебниках; отдельные разделы и темы очень сложны для самостоятельного изучения. В таких случаях только лектор может методически помочь обучающимся в освоении сложного материала.

Возможные формы проведения лекций:

- Вводная лекция – один из наиболее важных и трудных видов лекции при чтении систематических курсов. От успеха этой лекции во многом зависит успех усвоения всего курса. Она может содержать: определение дисциплины (модуля); краткую историческую справку о дисциплине (модуле); цели и задачи дисциплины (модуля), ее роль в общей системе обучения и связь со смежными дисциплинами (модулями); основные проблемы (понятия и определения) данной науки; основную и дополнительную учебную литературу; особенности самостоятельной работы обучающихся над дисциплиной (модулем) и формы участия в научно-исследовательской работе; отчетность по курсу.

- Информационная лекция ориентирована на изложение и объяснение обучающимся научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию. Это самый традиционный тип лекций в практике высшей школы.

- Заключительная лекция предназначена для обобщения полученных знаний и раскрытия перспектив дальнейшего развития данной науки.

- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрипредметной и межпредметной связей, исключая детализацию и конкретизацию. Как правило, стержень излагаемых теоретических положений составляет научно-понятийная и концептуальная основа всего курса или крупных его разделов.

- Лекция-беседа - непосредственный контакт педагогического работника с аудиторией - диалог. По ходу лекции педагогический работник задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности обучающихся по рассматриваемой проблеме.

- Лекция-дискуссия - свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Педагогический работник активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сопоставляет между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

- Лекция с применением обратной связи заключает в себе то, что в начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучающиеся ориентируются в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса педагогический работник возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

- Проблемная лекция опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска, приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

- Программированная лекция - консультация – педагогический работник сам составляет и предлагает обучающимся вопросы. На подготовленные вопросы педагогический работник сначала просит ответить обучающихся, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В лекциях можно использовать наглядные материалы, а также подготовить презентацию. Что касается презентации, то в качестве визуальной поддержки ее можно органично интегрировать во все вышеупомянутые лекции. В то же время лекцию-презентацию возможно выделить и в качестве самостоятельной формы. Лекция-презентация должна отражать суть основных и (или) проблемных вопросов лекции, на которые особо следует обратить внимание обучающихся. В условиях применения активного метода проведения занятий презентация представляется весьма удачным способом донесения информации до слушателей. Единственное, на что следует обратить внимание при подготовке слайдов, - это их оформление и текст. Слайд не должен быть перегружен картинками и лишней информацией, которая будет отвлекать от основного аспекта того или иного вопроса лекции. Во время лекции можно задавать вопросы аудитории в отношении того или иного слайда, тем самым еще больше вовлекая обучающихся в проблематику.

Краткое содержание лекционных занятий

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала**
РАЗДЕЛ 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СЕМЕЙНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	
Тема 1.	*Средства физического воспитания, применимые в модели семейных отношений.* Классификация средств семейного физического воспитания: физические упражнения, оздоровительные природные силы, гигиенические факторы. Оздоровительное значение двигательных действий. Физические упражнения как фактор формирование личностных качеств. Сопутствующие и самостоятельные факторы семейного физического воспитания. *Методики физического воспитания, применимые в модели семейных отношений. Активные рекреационно-оздоровительные методики, применимые в процессе семейного физического воспитания.* Специфические и общепедагогические методы семейного физического воспитания. Методы строго регламентированного упражнения. Методы обучения двигательным действиям. Методы воспитания физических качеств. Методы переменного упражнения.
РАЗДЕЛ 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СЕМЕЙНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	

Тема 1.	Цели и задачи физического воспитания в рамках семейных отношений. Оптимизация физического развития субъекта семейных отношений. Специфические задачи семейного физического воспитания: задачи по оптимизации физического развития субъекта семейных отношений и общеобразовательные задачи. Основные аспекты конкретизации задач семейного физического воспитания. Спортивный, профессионально-прикладной и базовый аспекты семейного физического воспитания. Содержание программы семейного физического воспитания. Общие социально-педагогические принципы системы семейного физического воспитания. Теоретико-методические основы системы семейного физического воспитания. Программно-нормативные основы системы семейного физического воспитания. Мировоззренческие основы системы семейного физического воспитания. Организационные основы системы семейного физического воспитания. Аспекты государственного контроля за организацией семейного физического воспитания в РФ.

1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Практические (семинарские) занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности обучающихся и приобретение умений и навыков. Данные учебные занятия углубляют, расширяют, детализируют полученные ранее знания. Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателей одной или нескольких практических работ.

Цель практических занятий и семинаров состоит в развитии познавательных способностей, самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся; углублении, расширении, детализировании знаний, полученных на лекции в обобщенной форме, и содействии выработке навыков профессиональной деятельности. В отдельных случаях на практических занятиях и семинарах руководителем занятия сообщаются дополнительные знания.

Для достижения поставленных целей и решения требуемого перечня задач практические занятия и семинары проводятся традиционными технологиями или с использованием активных и интерактивных образовательных технологий.

Возможные формы проведения практических (семинарских) занятий:

- Деловая игра - это метод группового обучения совместной деятельности в процессе решения общих задач в условиях максимально возможного приближения к реальным проблемным ситуациям. Имитационные игры - на занятиях имитируется деятельность какой-либо организации, предприятия или его подразделения. Имитироваться могут события, конкретная деятельность люден (деловое совещание, обсуждение плана) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет начальника цеха, зал заседаний). Исполнение ролей (ролевые игры) - в этих играх отрабатывается тактика поведения, действий, выполнение функций и обязанностей конкретного лица. Для проведения игр с исполнением роли разрабатывается модель-пьеса ситуации, между студентами распределяются роли с «обязательным содержанием», характеризующиеся различными интересами; в процессе их взаимодействия должно быть найдено компромиссное решение. «Деловой театр» (метод инсценировки) - в нем разыгрывается какая-либо ситуация, поведение человека в этой обстановке, обучающийся должен вжиться в образ определенного лица, понять его действия, оценить обстановку и найти правильную линию поведения. Основная задача метода инсценировки - научить ориентироваться в различных обстоятельствах, давать объективную

оценку своему поведению, учитывать возможности других людей, влиять на их интересы, потребности и деятельность, не прибегая к формальным атрибутам власти, к приказу.

- Игровое проектирование - является практическим занятием или циклом занятий, суть которых состоит в разработке инженерного, конструкторского, технологического и других видов проектов в игровых условиях, максимально воссоздающих реальность. Этот метод отличается высокой степень сочетания индивидуальной и совместной работы обучающихся.

- Познавательно-дидактические игры не относятся к деловым играм. Они предполагают лишь включение изучаемого материала в необычный игровой контекст и иногда содержат лишь элементы ролевых игр. Такие игры могут проводиться в виде копирования научных, культурных, социальных явлений (конкурс знатоков, «Поле чудес», КВН и т.д.) и в виде предметно-содержательных моделей, (например, игры-путешествия, когда надо разработать рациональный маршрут, пользуясь различными картами).

- Анализ конкретных ситуаций. Конкретная ситуация – это любое событие, которое содержит в себе противоречие или вступает в противоречие с окружающей средой. Ситуации могут нести в себе как позитивный, так и отрицательный опыт. Все ситуации делятся на простые, критические и экстремальные.

- Кейс-метод (от английского case – случай, ситуация) – усовершенствованный метод анализа конкретных ситуаций, метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов). Непосредственная цель метода case-study - обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элемент условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредствам применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.

- Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений и навыков и социальных установок. Тренинг – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении. Достоинство тренинга заключается в том, что он обеспечивает активное вовлечение всех участников в процесс обучения. Можно выделить основные типы тренингов по критерию направленности воздействия и изменений – навыковый, психотерапевтический, социально-психологический, бизнес-тренинг.

- Метод Сократа (Майевтика) – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям, называется еще как метод «сократовской иронии». Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусных наводящих вопросов, подразумевающего короткий, простой и заранее предсказуемый ответ.

- Интерактивная лекция – выступление ведущего обучающего перед большой аудиторией с применением следующих активных форм обучения: дискуссия, беседа, демонстрация слайдов или учебных фильмов, мозговой штурм.

- Групповая, научная дискуссия, диспут Дискуссия — это целенаправленное обсуждение конкретного вопроса, сопровождающееся обменом мнениями, идеями между двумя и более лицами. Задача дискуссии - обнаружить различия в понимании вопроса и в споре установить истину. Дискуссии могут быть свободными и управляемыми. К технике управляемой дискуссии относятся: четкое определение цели, прогнозирование реакции оппонентов, планирование своего поведения, ограничение времени на выступления и их заданная очередность. Разновидностью свободной дискуссии является форум, где каждому желающему дается неограниченное время на выступление, при условии, что его выступление вызывает интерес аудитории. Каждый конкретный форум имеет свою тематику — достаточно широкую, чтобы в её пределах можно было вести многоплановое обсуждение.

- Дебаты – это чётко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам. Это разновидность публичной дискуссии участников дебатов, направляющая на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками дебатов, имеют целью получения определённого результата — сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

- Метод работы в малых группах. Групповое обсуждение кого-либо вопроса направлено на достижение лучшего взаимопонимания и нахождения истины. Групповое обсуждение способствует лучшему усвоению изучаемого материала. Оптимальное количество участников - 5-7 человек. Перед обучающимися ставиться проблема, выделяется определенное время, в течение которого они должны подготовить аргументированный обдуманный ответ. Педагогический работник может устанавливать правила проведения группового обсуждения – задавать определенные рамки обсуждения, ввести алгоритм выработки общего мнения, назначить лидера и др.

- Круглый стол - общество, собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции). Мероприятие, как правило, на которое приглашаются эксперты и специалисты из разных сфер деятельности для обсуждения актуальных вопросов. Данная модель обсуждения, основываясь на соглашениях, в качестве итогов даёт результаты, которые, в свою очередь, являются новыми соглашениями.

- Коллоквиум - (лат. colloquium — разговор, беседа) - одна из форм учебных занятий в системе образования, имеющая целью выяснение и повышение знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются: отдельные части, разделы, темы, вопросы изучаемого курса (обычно не включаемые в тематику семинарских и других практических учебных занятий), рефераты, проекты и др. работы обучающихся. Это научные собрания, на которых заслушиваются и обсуждаются доклады. Коллоквиум – это и форма контроля, массового опроса, позволяющая преподавателю в сравнительно небольшой срок выяснить уровень знаний студентов по данной теме дисциплины. Коллоквиум проходит обычно в форме дискуссии, в ходе которой обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать ее. Аргументируя и отстаивая свое мнение, обучающийся в то же время демонстрирует, насколько глубоко и осознанно он усвоил изученный материал.

- Метод «мозговой штурм» (мозговой штурм, мозговая атака, англ. brainstorming) — оперативный метод решения проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам обсуждения предлагают высказывать как можно большее количество вариантов решения, в том числе самых фантастичных. Затем из общего числа высказанных идей отбирают наиболее удачные, которые могут быть использованы на практике. Является методом экспертного оценивания.

- Метод проектов - это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; это совокупность приёмов, действий обучающихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде некоего конечного продукта. Основное предназначение метода проектов состоит в предоставлении учащимся возможности самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практических задач или проблем, требующего интеграции знаний из различных предметных областей.

- Брифинг - (англ. briefing от англ. brief – короткий, недолгий) – краткая пресс-конференция, посвященная одному вопросу. Основное отличие: отсутствует презентационная часть. То есть практически сразу идут ответы на вопросы журналистов.

- Метод портфолио (итал. portfolio — 'портфель, англ. - папка для документов) - современная образовательная технология, в основе которой используется метод аутентичного

оценивания результатов образовательной и профессиональной деятельности. Портфолио как подборка сертифицированных достижений, наиболее значимых работ и отзывов на них.

РАЗДЕЛ 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СЕМЕЙНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1. Педагогические наблюдения как метод *семейного физического воспитания*.
2. Педагогические и социологические исследования состояния физического воспитания детей в малодетных и многодетных семьях.
3. Основные методики определения физической подготовленности и физического развития субъектов семейных отношений.
4. Содержание основных компонентов системы и условия проведения физического воспитания в рамках семейных отношений.
5. Структура системы физического воспитания в рамках семейных отношений.
6. Классификация средств семейного физического воспитания: физические упражнения, оздоровительные природные силы, гигиенические факторы.
7. Оздоровительное значение двигательных действий.
8. Физические упражнения как фактор формирование личностных качеств.
9. Сопутствующие и самостоятельные факторы семейного физического воспитания.
10. *Методики физического воспитания, применимые в модели семейных отношений.*
11. *Активные рекреационно-оздоровительные методики, применимые в процессе семейного физического воспитания.*
12. Специфические и общепедагогические методы семейного физического воспитания.
13. Методы строго регламентированного упражнения.
14. Методы обучения двигательным действиям.
15. Методы воспитания физических качеств.
16. Методы переменного упражнения.

РАЗДЕЛ 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СЕМЕЙНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Вопросы для самоподготовки

1. Формирование программно-нормативных основ семейного физического воспитания с учетом целевого контингента.
2. Совершенствование телосложения и гармоничное развитие физиологических функций как задача по оптимизации физического развития субъекта семейных отношений.
3. Оптимальное развитие физических качеств как задача по оптимизации физического развития субъекта семейных отношений.
4. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма как задача по оптимизации физического развития субъекта семейных отношений.
5. Прикладное значение семейного физического воспитания для жизни человека.
6. Специфические задачи семейного физического воспитания: задачи по оптимизации физического развития субъекта семейных отношений и общеобразовательные задачи.
7. Основные аспекты конкретизации задач семейного физического воспитания.
8. Спортивный, профессионально-прикладной и базовый аспекты семейного физического воспитания.
9. Содержание программы семейного физического воспитания.
10. Общие социально-педагогические принципы системы семейного физического воспитания.
11. Теоретико-методические основы системы семейного физического воспитания.
12. Программно-нормативные основы системы семейного физического воспитания.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Освоение обучающимся дисциплины предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, практических и лабораторных занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к лабораторному занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения занятия включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач.
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной рабочей программой дисциплины (модуля) тематики.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия

(при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту в области медицины общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине. Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента. Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. refenre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных используемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует

рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончанию выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее написанием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекциях или семинарских занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на

титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки эссе:

«Отлично» – исключительные знания материала, абсолютное понимание сути, безукоризненное знание основных понятий и положений, логически и лексически грамотно изложенный, содержательный, аргументированный, конкретный и исчерпывающий ответ.

«Хорошо» – глубокие знания материала, правильное понимание сути, знание основных понятий и положений, содержательный, полный и конкретный ответ.

«Удовлетворительно» – твердые, но недостаточно полные знания, верное понимание сути, в целом правильный ответ.

«Неудовлетворительно» – непонимание сущности задания, грубые ошибки в ответе.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Критерии оценки теста:

«*Зачтено*» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«*Не зачтено*» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

- титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;
- все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;
- приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

- единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;
- все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;
- рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;
- названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике;

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада.

Презентация

Методические материалы к презентациям

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Критерии оценки презентации

1. Объём презентации 10 -20 слайдов.
2. Правильность оформления титульного слайда.
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы.
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда.
5. Объём и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Критерии оценки опроса

«Отлично»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений;

– знание по предмету демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– свободное владение терминологией;

– ответы на дополнительные вопросы четкие, краткие;

«Хорошо»:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи;

– ответ недостаточно логичен с единичными ошибками в частностях, исправленные студентом с помощью преподавателя;

– единичные ошибки в терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы правильные, недостаточно полные и четкие.

«Удовлетворительно»:

– ответ не полный, с ошибками в деталях, умение раскрыть значение обобщённых знаний не показано, речевое оформление требует поправок, коррекции;

– логика и последовательность изложения имеют нарушения, студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи;

– ошибки в раскрываемых понятиях, терминах;

– студент не ориентируется в теме, допускает серьезные ошибки;

– студент не может ответить на большую часть дополнительных вопросов.

«Неудовлетворительно»:

– ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу;

– присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения, студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими объектами дисциплины, речь неграмотная;

– незнание терминологии;

– ответы на дополнительные вопросы неправильные.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки практического задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность;

используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Для оценки решения ситуационной задачи (аналитического задания):

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Критерии оценки лабораторного задания:

«Отлично» – правильный ответ, дается четкое обоснование принятому решению; рассуждения четкие последовательные логические; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Хорошо» – правильный ответ, дается обоснование принятому решению; но с не существенными ошибками, в рассуждениях отсутствует логическая последовательность; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания, правильно используются формулы, понятия, процедуры, имеющие прямое отношение к задаче для подтверждения принятого решения.

«Удовлетворительно» – правильный ответ, допускаются грубые ошибки в обосновании принятого решения; рассуждения не последовательные сумбурные; используются ссылки на полученные при изучении дисциплины знания; используются формулы, процедуры, понятия, имеющие прямое значение для подтверждения принятого решения, однако, при обращении к ним допускаются серьезные ошибки, студент не может правильно ими воспользоваться.

«Неудовлетворительно, не зачтено» – ответ неверный, отсутствует обоснование принятому решению; студент демонстрирует полное непонимание сути вопроса.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение учебных дисциплин (модулей) завершается зачетом/зачетом с оценкой или экзаменом. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На зачете или экзамене студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний.

1.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины (модуля) реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине (модулю) складывается из результатов:

– текущего контроля успеваемости (максимальный текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов);

– промежуточной аттестации (максимальный рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов).

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины (модуля) в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Университета.

3.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины (модуля) формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по учебной дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

– академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);

– выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное

участие в групповых интерактивных занятиях (дискуссии, WiKi-проекты и др.), защита проектов и др.);

– прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
академическая активность	*10*
практические задания	*40*
из них: текущие практические задания	*20*
итоговое практическое задание	*20*
рубежи текущего контроля	*30*
ИТОГО:	***80***

В течение учебного семестра по дисциплине (модулю) обучающимся должен быть накоплен текущий рейтинг не менее 52 рейтинговых баллов (65% от максимального значения текущего рейтинга).

Необходимыми условиями допуска обучающегося к промежуточной аттестации по дисциплине являются положительное прохождение обучающимся не менее 65% рубежей текущего контроля с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла за каждый рубеж текущего контроля и положительное выполнение итогового практического задания с накоплением не менее 65% максимального рейтингового балла, установленного за итоговое практическое задание.

Невыполнение вышеуказанных условий является текущей академической задолженностью, которая должна быть ликвидирована обучающимся до контрольного мероприятия промежуточной аттестации.

Сведения о наличии у обучающихся текущей академической задолженности, сроках и порядке добора рейтинговых баллов для её ликвидации доводятся до обучающихся педагогическим работником.

В случае неликвидации текущей академической задолженности, педагогический работник обязан во время контрольного мероприятия промежуточной аттестации поставить обучающемуся 0 рейтинговых баллов. В этом случае ликвидация текущей академической задолженности возможна в периоды проведения повторной промежуточной аттестации.

3.3. Проведение промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ специалитета в Российском государственном социальном университете и Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе для экзамена и по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным

программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

В процессе определения рубежного рейтинга обучающегося используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	**Критерии оценки освоения обучающимся учебной дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации**
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания
0 рейтинговых баллов	не аттестован

Если результат контроля успеваемости в рамках проведения контрольных мероприятий промежуточной аттестации (рубежный рейтинг обучающегося) неудовлетворительный (получено менее 13 рейтинговых баллов), то промежуточная аттестация по учебной дисциплине (модулю) невозможна даже при наличии высокого текущего рейтинга, полученного по итогам текущего контроля по учебной дисциплине (модулю).

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Приложение 2 к Рабочей программе дисциплины

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Подготовка спортивного волонтёра

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
44.03.01 Педагогическое образование

НАПРАВЛЕННОСТЬ
Физическая культура

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Москва, 2025 г.

Приложение 2.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

П.2.1. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля) и самостоятельной работе

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программы дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде РГСУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы их проведения.

Подготовка к лекционному занятию

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к практическому и лабораторному занятию.

При подготовке и работе во время проведения практических и лабораторных занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Самостоятельная работа.

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

Самостоятельная работа студентов в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения.

К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных навыков (компетенций) и умения самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной профессиональной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает необходимые для будущей специальности компетенции, навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа студентов должна оказывать важное влияние на формирование личности будущего специалиста, его компетентность. Каждый студент самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине (модулю). Он выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Виды самостоятельной работы.

Работа с литературой.

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги. Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу. Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа. Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем. Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались. Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное – это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым). Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Методические материалы по самостоятельному решению задач

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

Методические материалы к выполнению реферата

Реферат (от лат. referre – сообщать) – краткое изложение в письменном виде или в форме публикации доклада, содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Работа над рефератом условно разделяется на выбор темы, подбор литературы, подготовку и защиту плана; написание теоретической части и всего текста с указанием библиографических данных исполь-

зуемых источников, подготовку доклада, выступление с ним. Тематика рефератов полностью связана с основными вопросами изучаемого курса.

Список литературы к темам не дается, и обучающиеся самостоятельно ведут библиографический поиск, причем им не рекомендуется ограничиваться университетской библиотекой.

Важно учитывать, что написание реферата требует от обучающихся определенных усилий. Особое внимание следует уделить подбору литературы, методике ее изучения с целью отбора и обработки собранного материала, обоснованию актуальности темы и теоретического уровня обоснованности используемых в качестве примеров фактов какой-либо деятельности.

Выбрав тему реферата, начав работу над литературой, необходимо составить план. Изучая литературу, продолжается обдумывание темы, осмысливание прочитанного, делаются выписки, сопоставляются точки зрения разных авторов и т.д. Реферативная работа сводится к тому, чтобы в ней выделились две взаимосвязанные стороны: во-первых, ее следует рассматривать как учебное задание, которое должен выполнить обучаемый, а во-вторых, как форму научной работы, творческого воображения при выполнении учебного задания.

Наличие плана реферата позволяет контролировать ход работы, избежать формального переписывания текстов из первоисточников.

Оформление реферата включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме реферата. Реферат выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 х 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

Рефераты должны быть написаны простым, ясным языком, без претензий на наукообразность. Следует избегать сложных грамматических оборотов, непривычных терминов и символов. Если же такие термины и символы все-таки приводятся, то необходимо разъяснять их значение при первом упоминании в тексте реферата.

Объем реферата предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста реферата и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Рефераты обязательно подлежат защите. Процедура защиты начинается с определения оппонентов защищающего свою работу. Они стремятся дать основательный анализ работы обучающимся, обращают внимание на положительные моменты и недостатки реферата, дают общую оценку содержанию, форме преподнесения материала, характеру использованной литературы. Иногда они дополняют тот или иной раздел реферата. Последнее особенно ценно, ибо говорит о глубоком знании обучающимся-оппонентом изучаемой проблемы.

Обсуждение не ограничивается выслушиванием оппонентов. Другие обучающиеся имеют право уточнить или опровергнуть какое-либо утверждение. Преподаватель предлагает любому обучающемуся задать вопрос по существу доклада или попытаться подвести итог обсуждению.

Алгоритм работы над рефератом

1. Выбор темы

Тема должна быть сформулирована грамотно (с литературной точки зрения);

В названии реферата следует поставить четкие рамки рассмотрения темы;

Желательно избегать слишком длинных названий;

Следует по возможности воздерживаться от использования в названии спорных с научной точки зрения терминов, излишней наукообразности, а также чрезмерного упрощения формулировок.

2. Реферат следует составлять из пяти основных частей: введения; основной части; заключения; списка литературы; приложений.

3. Основные требования к введению:

Во введении не следует концентрироваться на содержании; введение должно включать краткое обоснование актуальности темы реферата, где требуется показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и есть ли связь представляемого материала с современностью. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо с современных позиций.

Очень важно выделить цель, а также задачи, которые требуется решить для выполнения цели.

Введение должно содержать краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, кратко анализируются изученные источники, показываются их сильные и слабые стороны;

Объем введения составляет две страницы текста.

4. Требования к основной части реферата:

Основная часть содержит материал, отобранный для рассмотрения проблемы;

Также основная часть должна включать в себя собственно мнение обучающихся и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты;

Материал, представленный в основной части, должен быть логически изложен и распределен по параграфам, имеющим свои названия;

В изложении основной части необходимо использовать сноски (в первую очередь, когда приводятся цифры и чьи-то цитаты);

Основная часть должна содержать иллюстративный материал (графики, таблицы и т. д.);

Объем основной части составляет около 10 страниц.

5. Требования к заключению:

В заключении формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выдвинутые во введении задачи и цели;

Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из содержания основной части.

6. Требования к оформлению списка литературы (по ГОСТу):

Необходимо соблюдать правильность последовательности записи источников: сначала следует писать фамилию, а после инициалы; название работы не ставится в кавычки; после названия сокращенно пишется место издания; затем идет год издания; наконец, называется процитированная страница.

Методические материалы к выполнению эссе

Эссе – литературное произведение небольшого объема, обычно прозаическое, свободной композиции, передающее индивидуальные впечатления, суждения, соображения автора о той или иной проблеме, теме, о том или ином событии или явлении. Это вид самостоятельной исследовательской работы обучающихся, с целью углубления и закрепления теоретических знаний и освоения практических навыков. Цель эссе состоит в развитии самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей. При написании эссе обучающийся должен представить развернутый письменный ответ на теоретический или практический актуальный вопрос, объявленный преподавателем в аудитории непосредственно перед ее напи-

санием. В процессе написания эссе разрешается пользоваться нормативно-правовыми актами, конспектом лекций (в печатном виде). Использование интернет-ресурсов не допускается. Темы эссе преподаватель предлагает из числа тех, которые обучающиеся уже рассматривали на лекционных или практических занятиях, исходя из содержания заданий в составе оценочных средств. По решению преподавателя, в качестве темы эссе может быть выбрана одна или несколько тем, которые могут быть распределены между обучающимися по желанию.

Требования к выполнению эссе:

1. Проводится письменно.

2. Эссе выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; правое – 3; левое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски – постраничные. Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы. При этом обязательный заголовок таблицы надо размещать над табличным полем, а рисунки сопровождать подрисуночными подписями. При включении в эссе нескольких таблиц и/или рисунков их нумерация обязательна. Обязательна и нумерация страниц. Их целесообразно проставлять внизу страницы – по середине или в правом углу. Номер страницы не ставится на титульном листе, но в общее число страниц он включается. Объем эссе, без учета приложений, не должен превышать 5 страниц. Значительное превышение установленного объема является недостатком работы и указывает на то, что обучающийся не сумел отобрать и переработать необходимый материал.

3. Работа должна содержать собственные умозаключения по сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ по сути этой проблемы, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Методические материалы по выполнению тестирования.

Тестовые задания содержат вопросы и 3-4 варианта ответа по базовым положениям изучаемой темы/раздела, составлены с расчетом на знания, полученные обучающимся в процессе изучения темы/раздела.

Тестовые задания выполняются в письменной форме и сдаются преподавателю, ведущему дисциплину (модуль). На выполнение тестовых заданий обучающимся отводится 45 минут.

При обработке результатов оценочной процедуры используются: критерии оценки по содержанию и качеству полученных ответов, ключи, оценочные листы.

Методические материалы по выполнению кейс-задания

Кейс-задание – это учебная конкретная ситуация, специально разрабатываемая на основе фактического материала с целью последующего разбора. В ходе разбора ситуации студент учится проводить анализ и принимать управленческие решения. Особенностью кейс-задания является отсутствие однозначного решения проблемы.

Структура отчета по кейс-заданию:

1. Титульный лист.

2. Оглавление.

3. Введение. Во введении дать краткую характеристику рассматриваемой ситуации (объем 1 – 2 с).

4. Основная часть. Предложить и аргументировать основные предлагаемые управленческие решения в рассматриваемой ситуации. Рассмотреть альтернативные варианты и провести их сопоставление (объем 4 – 6 с).

5. Заключение. Сделать общие выводы по ситуации (объем 1 – 2 с).

Требования к оформлению отчета о выполнении кейс-задания

Отчет выполняется в виде электронного документа в формате doc (docx). Обязательно наличие титульного листа. Общий объем отчета составляет 1 800 – 2 800 слов, не включая титульный лист и оглавление. Размер шрифта 14 Пт, интервал - 1,5, шрифт Times New Roman.

Методические материалы по выполнению доклада.

Рекомендуется следующая структура доклада:

1. титульный лист, содержание доклада;
2. краткое изложение;
3. цели и задачи;
4. изложение характера исследований и рассмотренных проблем, гипотезы, спорные вопросы;
5. источники информации, методы сбора и анализа данных, степень их полноты и достоверности;
6. анализ и толкование полученных в работе результатов;
7. выводы и оценки;
8. библиография и приложения.

Время выступления докладчика не должно превышать 10 минут.

Основные требования к оформлению доклада:

– титульный лист должен включать название доклада, наименование предметной (цикловой) комиссии, фамилию обучающегося;

– все использованные литературные источники сопровождаются библиографическим описанием;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки (оформляются сноски);

– единицы измерения должны применяться в соответствии с действующими стандартами;

– все названия литературных источников следует приводить в соответствии с новейшими изданиями;

– рекомендуется включение таблиц, графиков, схем, если они отражают основное содержание или улучшают ее наглядность;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они указываются в источнике.

Методические материалы к подготовке презентации

1. Объём презентации: 10-20 слайдов.
2. На титульном слайде должно быть отражено:

- наименование факультета;
- тема презентации;
- фамилия, имя, отчество, направление подготовки/ специальность, направленность (профиль)/ специализация, форма обучения, номер группы автора презентации;
- фамилия, имя, отчество, степень, звание, должность руководитель работы;
- год выполнения работы.

3. В презентации должны быть отражены обоснование актуальности представляемого материала, цели и задачи работы.

4. Содержание презентации должно включать наиболее значимый материал доклада, а также, при необходимости, таблицы, диаграммы, рисунки, фотографии, карты, видео – вставки, звуковое сопровождение.

5. Заключительный слайд должен содержать информацию об источниках информации для презентации.

Методические материалы по подготовке к опросу

Самостоятельная работа обучающихся включает подготовку к опросу на практических занятиях. Для этого обучающийся изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к практическим занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей программе и доводятся до студентов заранее.

Для подготовки к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия, в учебнике или другой рекомендованной литературе, конспекте лекции, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения.

Методические материалы по выполнению практического задания

При выполнении практического задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Записать дату, тему и цель задания;
2. Ознакомиться с правилами и условия выполнения практического задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Методические материалы по выполнению лабораторного задания

При выполнении лабораторного задания обучающийся придерживается следующего алгоритма:

1. Ознакомиться с темой и целью задания;
2. Изучить правила и условия выполнения задания;
3. Повторить теоретические задания, необходимые для рациональной работы и других практических действий, используя конспекты лекций и рекомендованную литературу, представленной в программе;
4. Выполнить работу по предложенному алгоритму действий;
5. Обобщить результаты работы, сформулировать выводы / дать ответы на контрольные вопросы;

Работа должна быть выполнена грамотно, с соблюдением культуры изложения. При использовании данных из учебных, методических пособий и другой литературы, периодических изданий, Интернет-источников должны иметься ссылки на вышеперечисленные.

Написание курсовой работы

Курсовая работа должна содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;

- основную часть, состоящую из двух или трех глав;
- заключение, включающее выводы и описание перспектив дальнейшего развития темы работы;
- список использованных источников;
- приложения (при необходимости);
- справку о результатах проверки текстового документа на наличие заимствований в системе «Антиплагиат» (результат, необходимый для допуска к защите курсовой работы: **не менее 65% авторского текста).**

Содержание курсовой работы должно соответствовать названию темы.

Курсовая работа должна быть написана с соблюдением норм русского литературного языка. Текст работы должен соответствовать научному стилю речи.

При написании работы от обучающегося требуется корректно использовать научную терминологию, соблюдать логическую последовательность в процессе аргументации.

Объем курсовой работы должен составлять **20–25 страниц текста**. Текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 10 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

При исчислении требуемого количества страниц в курсовой работе в её объем не включаются:

- страница с титульным листом;
- страница с «Содержанием»;
- страницы, на которых размещены только иллюстрации, таблицы и относящиеся к ним пояснения;
- приложения.

Методические указания для подготовки к промежуточной аттестации.

Изучение дисциплин (модулей) завершается промежуточной аттестацией. Подготовка к промежуточной аттестации способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к промежуточной аттестации, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На контрольном мероприятии промежуточной аттестации студент демонстрирует то, что он освоил в процессе обучения по дисциплине (модулю).

Вначале следует просмотреть весь материал по дисциплине (модулю), отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время промежуточной аттестации для систематизации знаний

П.2.2. Методические материалы к лекционным занятиям по дисциплине (модулю)

Тема лекционного занятия: Понятие о волонтерстве и волонтерской деятельности. История развития волонтерских движений и опыт волонтерской деятельности за рубежом

Цели занятия: изучить понятие о волонтерстве и волонтерской деятельности, историю развития волонтерских движений и опыт волонтерской деятельности за рубежом.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.
Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Волонтёрство, (от лат. voluntarius — добровольный) или добровольчество, волонтёрская деятельность — широкий круг деятельности, включая традиционные формы взаимопомощи и самопомощи, сбора средств, официальное предоставление услуг и другие формы гражданского участия, которая осуществляется добровольно на благо широкой общественности без денежного вознаграждения. Волонтёры, с точки зрения закона Российской Федерации — физические лица, осуществляющие добровольческую деятельность в форме безвозмездного выполнения работ, оказания услуг (добровольческой деятельности). Волонтёры помогают в проведении различных мероприятий, конференций и помогают маломобильным гражданам существовать и развиваться.

Деятельность благотворительных организаций нуждается в поддержке многих добровольцев. Для организации добровольческой деятельности, с одной стороны, создаются вакансии добровольцев в благотворительных организациях, с другой стороны — формируется круг поддерживающих организаций и сам добровольческий корпус участников благотворительной деятельности, согласных принимать участие в бесплатном труде во благо нуждающихся. Такой бесплатный труд является разновидностью филантропии (бескорыстного дарения в пользу нуждающихся благо приобретателей — людей, природы).

Понятием волонтёрская деятельность в русском языке часто подменяют понятие «общественная деятельность», которой обозначают любую полезную деятельность во благо общества. Деятельность добровольцев направлена в первую очередь на помощь остронуждающимся слоям населения, не имеющим возможности помогать себе самим (старость, беспризорность, инвалидность, стихийные бедствия, социальные катаклизмы, катастрофы).

Волонтерская деятельность

Сущность понятия «волонтер» и «волонтерство»

В современном мире волонтёр – это человек, который по доброй воле принял решение посвятить своё время, опыт, знания, умения и навыки общественному благу, помощи другим людям или проведению какого-либо мероприятия на безвозмездной основе. Мы задумались: всегда ли таких людей называли волонтерами?

Слово волонтер произошло от французского volontaire, которое в свою очередь произошло от латинского - voluntarius — добровольно.

В XVIII-XIX веках волонтерами называли людей, добровольно поступивших на военную службу.

В словаре С.И. Ожегова слово волонтер имеет такое же значение, что и доброволец. Тот, кто добровольно взял на себя какую-нибудь работу.

Н.Ю.Слабжанин: «Доброволец - человек, занимающийся на безвозмездной добровольной основе (без какого-либо принуждения) деятельностью по разрешению социально значимых проблем» .

Таким образом, добровольческая деятельность должна быть направлена на достижение социально значимых целей. Волонтерство – это широкий круг деятельности, включая традиционные формы взаимопомощи и самопомощи, фандрайзинг, официальное предоставление услуг и другие формы гражданского участия, которая осуществляется добровольно на благо широкой общественности без расчета на денежное вознаграждение.

История возникновения и развития волонтерства в мире

Годом возникновения волонтерского движения считается 1859, когда возникла идея создания общества Красного Креста – организации, которая работает на волонтерских началах. Принципами, сформулированными, руководствуются сегодня волонтерские организации во всем мире.

В 1920 году во Франции, возле Страсбурга, осуществлен первый волонтерский проект с участием немецкой и французской молодежи.

Именно в это время сразу после Первой мировой войны, одной из самых разрушительных за всю историю Европы, группы добровольцев из Англии, Германии, Швеции, Австрии, вчерашние солдаты враждующих армий, собрались, чтобы совместными усилиями восстановить разрушенную деревню близ Вердена. Следствием этого беспрецедентного события стало основание старейшей международной волонтерской организации - Service Civil International, которая послужила примером для создания множества других. А 70 лет спустя, на XI Всемирной конференции волонтерского движения была принята всеобщая декларация добровольчества, провозгласившая волонтерство фундаментом гражданского общества [3, с.10].

Цели и задачи волонтерского движения декларация определила, как достижение мира, свободы, безопасности и справедливости для всех народов и признала право каждой женщины, мужчины или ребенка участвовать в организации волонтерского движения [4].

В 60-х годах возникли десятки волонтерских программ с миротворческой миссией подружить Восточную и Западную Европы.

Экологические проекты получили широкое распространение с 80-х. А уже в 1998 г. было осуществлено около 2000 проектов в 84 странах мира. Давнюю историю имеют волонтерские организации «Misericordia» (Италия), «Армия спасения» (Англия), «United Way» («Объединенный путь») (США).

В СССР во 2-й половине XX в. возникли различные экологические организации («Зелёные», «Молодые друзья природы» и др.), выступающие за сохранение и защиту природных ресурсов и окружающей среды, за мир и взаимопонимание между народами.

В годы Великой Отечественной войны важную роль сыграло тимуровское движение.

В конце XX века получили развитие ученические организации — союзы учащихся, союзы старшеклассников и другие объединения, отстаивающие интересы учащейся молодёжи. Общественный труд всячески приветствовался, являлся важным условием статусного роста, а на этапе расцвета советского общества был престижен и почетен. Была широко развита практика юннатов, «зеленого» и «голубого» патрулей, народной дружины, групп по восстановлению памятников истории и культуры, студенческих и педагогических отрядов.

Сегодня волонтёрские организации существуют в 80 странах мира. Правительства этих стран оказывают поддержку волонтёрскому движению, приобретшему поистине глобальный характер.

Таким образом, на протяжении всего развития общества человек всегда оказывал бескорыстную помощь в любых формах ее проявления, но официальной датой основания международного волонтерского движения принято считать 1920 год. Отныне каждый год 5 декабря отмечается Международный день добровольцев во имя экономического и социального развития резолюцией Генассамблеи ООН от 17 декабря 1985 года. В России дата установлена указом президента РФ от 27 ноября 2017 года.

Тема лекционного занятия: Волонтерское движение в России.

Цели занятия: познакомить студентов с волонтерским движением в России.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

История добровольчества в России

История развития добровольческого движения в нашей стране связана прежде всего с деятельностью Русской православной церкви. Традиция безвозмездной работы в православных монастырях зародилась в глубине веков, после Крещения Руси в 988 году. В XIX века в учрежденных земствами народных начальных школах учителя преподавали на безвозмездной основе. Первыми в мире женщинами-волонтерами (сестрами милосердия) были монахини московской Свято-Никольской обители. Во время Русско-турецкой войны 1877-1878 годов они добровольно отправились на фронт для оказания помощи раненым солдатам. Подобное добровольческое движение среди женщин распространилось за рубежом и впоследствии получило название "Красный Крест". В начале XX века в России действовало около 20 тыс. попечительских советов для бедных, в которых трудились волонтеры.

В СССР организацией добровольческого движения занимались ВЛКСМ, пионерская организация и др.

Волонтерское движение в РФ.

В Российской Федерации первое юридическое определение добровольца (волонтера) было дано федеральным законом "О благотворительной деятельности и благотворительных организациях", подписанным президентом РФ Борисом Ельциным 11 августа 1995 года. В статье 5 документа говорилось, что "добровольцы - граждане, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда".

В том же году в Москве состоялся первый Российский форум добровольцев. В 1990-е - 2000-е годы появились некоммерческие, общественные и благотворительные организации, к деятельности которых стали привлекаться волонтеры. В 2011 году добровольчеством в РФ в общей сложности занимались 21 млн человек.

В настоящее время российских волонтеров объединяют такие крупные организации, как Ассоциация волонтерских центров (с 2014 года; на постоянной основе работают более 200 тыс. волонтеров), "Волонтеры Победы" (с 2015 года; 159 тыс.), "Волонтеры-медики" (с 2013 года; 12,5 тыс.), Союз волонтерских организаций и движений (с 2009 года; более 7 тыс.) и др.

На сегодняшний день на информационной платформе "Добровольцы России" зарегистрированы 1 тыс. 546 организаций и более 31,4 тыс. волонтеров. Из них большую часть составляет молодежь в возрасте 18-24 лет (порядка 58%), на втором месте - возрастная группа младше 18 лет (23%). Среди зарегистрированных волонтеров примерно 74,6% женщин и 25,4% мужчин.

Правовая основа деятельности волонтерских организаций

На сегодняшний день в России нет единого федерального нормативного акта, который регулировал бы деятельность волонтеров. Правовая основа заложена отдельными положениями ряда федеральных законов: "О благотворительной деятельности и благотворительных организациях" (1995), "Об общественных объединениях" (1995), "О некоммерческих организациях" (1996), "О добровольной пожарной охране" (2007), "О физической культуре и спорте" (2007), "Об организации и о проведении XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в городе Сочи, развитии города Сочи как горноклиматического курорта и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации" (2007) и др. Во многих субъектах РФ действуют региональные акты, регламентирующие волонтерскую деятельность. Например, в Санкт-Петербурге, Республике Татарстан, Белгородской, Воронежской, Самарской областях и др.

В июне 2013 года на рассмотрение Госдумы РФ вносился законопроект "О добровольчестве (волонтерстве)", однако он не был принят. В декабре 2016 года президент РФ Владимир Путин заявил в послании Федеральному собранию о необходимости "снять все барьеры для развития волонтерства". В июле 2017 года после встречи с представителями социально ориентированных, благотворительных организаций и волонтерского движения глава государства поручил правительству подготовить законопроект по регулированию отношений в сфере волонтерской деятельности. 14 ноября правительство РФ внесло в Госдуму проект федерального закона "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)", разработанный Минэкономразвития России.

Деятельность волонтеров

Самыми популярными в России являются такие направления волонтерства, как социальное (порядка 22,5%), событийное (18,5%), культурное (15,6%), военно-патриотическое (15,2%), экологическое (12,5%). Добровольцы оказывают помощь ветеранам, инвалидам и тяжело больным, воспитанникам детских домов, пожилым одиноким людям. Сопровождают народные шествия "Бессмертный полк", участвуют в благоустройстве Аллей Славы и воинских захоронений, в проведении экологических акций и субботников, мероприятиях по сохранению и защиты памятников истории и культуры.

Силы волонтеров задействуются при ликвидации чрезвычайных ситуаций и последствий стихийных бедствий. Привлекаются к организации и проведению массовых, международных и спортивных мероприятий, реализации различных культурных проектов.

В рамках волонтерского движения проходят общероссийские добровольческие акции "Весенняя неделя добра" (в апреле) и "Час добра" (5 декабря в Международный день добровольцев).
Ключевым событием волонтерского движения является Всероссийский форум добровольцев. В 2016 г. он прошел 24-27 октября в Санкт-Петербурге и собрал более 1 тыс. волонтеров со всей страны. В рамках форума вручается ежегодная всероссийская премия "Доброволец России" по итогу одноименного конкурса.

Тема лекционного занятия: Современные волонтерские проекты в России.
Цели занятия: познакомить студентов с современными волонтерскими проектами в России.
Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.
Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:
На основе обобщения и анализа зарубежного и отечественного опыта можно выделить четыре базовых типа волонтерских проектов:

1. гуманитарные проекты;
2. социально-культурные (просветительские) проекты;
3. информационно-консультативные проекты;
4. экологические проекты.

Следует особо подчеркнуть, что каждый из указанных выше типов, как правило, имеет комплексный характер, то есть интегрирует ряд специализированных направлений, обеспечивающих целостное переосмысление и решение проблемы (например, решение проблемы бездомных детей предполагает: а) их социально-бытовую защиту; б) их правовую защиту; в) психологическую помощь и образовательное содействие). Поэтому основополагающим критерием классификации проектов целесообразно считать их распределение с точки зрения доминирующей функции – характера решаемой социальной задачи.
С точки зрения доминирующей социальной функции:

1. Гуманитарные проекты решают задачу помощи социально незащищенным слоям населения;
2. Социально-культурные проекты решают двойственную задачу обучения (познание социальной действительности, истории и т.д.) и моделирования общественно позитивного поведения.
3. Информационно–консультативные проекты ориентированы на предоставление специальной информации, в которой нуждаются потребители волонтерских услуг.

Гуманитарные проекты
Гуманитарные проекты, как уже выше говорилось, направлены на помощь социально незащищенным группам населения: пожилые люди, инвалиды, дети-сироты и другие.
Одним из таких проектов является Help the Aged (Помощь пожилым). Реализует его некоммерческая, негосударственная, нерелигиозная, благотворительная организация «Help the Aged (Помощь пожилым)», созданная в Канаде в 1975г. Свою миссию участники определяют так: «повышение уровня жизни пожилых людей, обеспечение их независимости и предоставление услуг, разработка программ для облегчения их страданий, излечения болезней и устранение бедности». Проект является межнациональным, реализуется в Канаде и еще 10 странах мира и направлен на повышение уровня жизни пожилых людей, имеющих проблемы со зрением, оказание медицинской помощи, социальную адаптацию, обеспечение едой и одеждой и т.п. Технология реализации включает:
– проведение различных презентаций в организациях, компаниях, фондах, публикации в СМИ с целью фандрайзинга и привлечения волонтеров;
– проект «Дом Святого Кристофера на колёсах», т.е. специальный автобус, с которого волонтёры раздают бесплатно пищу нуждающимся;
– специальная клиника для малоимущих пожилых людей.
Похожий отечественный проект «Старость в радость». Группа волонтеров оказывает помощь инвалидам и пожилым людям, живущим в домах престарелых. По определению самих участников их цель – дать почувствовать людям, живущим в домах инвалидов, ветеранов, домах престарелых, что они не одинокие, не брошенные, не забытые всеми, что они кому-то нужны. Проект является национальным и реализуется в ряде областей Российской Федерации (Московской, Тульской, Тверской, Новгородской, Нижегородской, Псковской, Брянской, Калужской, Свердловской). Технологиями реализации являются: улучшение условий жизни пожилых людей, обеспечение средствами ухода, одеждой, инвалидными колясками и т.п., но спецификой этого проекта является переписка со стариками, живущими в доме престарелых («дистанционные внуки»). На сегодняшний день деятельность участников охватывает 24 дома престарелых.
Эффективность современных гуманитарных проектов определяется рядом следующих факторов.

Во-первых, долгосрочным и адресным характером предоставляемой помощи. Часто фактором работы волонтера является непосредственное содействие конкретному человеку (схема «наставник – опекаемый»). Такая модель взаимодействия позволяет перевести заинтересованность волонтера в персонально-прикладной ракурс (через призму личностного развития и судьбы отдельного опекаемого человека), сформировать устойчивую эмоциональную взаимосвязь волонтера-наставника и опекаемого.
Во-вторых, сбалансированным и стимулирующим характером предлагаемой помощи. В этом случае волонтерская деятельность должна не только учитывать материальные потребности опекаемых (например, место для жилья, продовольствие, медицинская помощь), но и создавать стимулирующий психологический фон (перспективы для нуждающегося в помощи человека преодолеть сложную жизненную ситуацию, самостоятельно решать собственные жизненные проблемы).
В-третьих, акцентом на психологическую реабилитацию потребителей волонтерской помощи. В основе данного направления лежат принципы:
– взаимного доверия волонтера и человека, получающего содействие;
– системной консультационно-психологической деятельности как важного направления – контекста проведения гуманитарных акций. Данный принцип особенно важен в сложных психологических ситуациях (дети-инвалиды, страдающие болезнями пожилые люди);
– адаптационной деятельности, которая направлена на максимальное нивелирование различий между «обычными» людьми и теми, кто в силу ряда причин (инвалидность, возрастные особенности) ограничен в социальной активности. В этих случаях, отдельная важная задача, решаемая волонтерами, – обеспечить социально-психологическую адаптацию таких категорий людей, в полной мере раскрыть их творческие способности и социальные возможности (тематическое общение и расширение горизонтов социального взаимодействия, участие в культурно-массовых мероприятиях, помощь другим с их стороны).

Социально-культурные проекты
Два проекта, выбранных нами для примера, объединяет их направленность на сохранение (или воссоздание) исторических памятников в широком смысле этого слова.
Исторический проект под названием Historical Interpretation Volunteers направлен на привлечение волонтеров с целью воссоздать действительность 18 века на базе Национального Исторического парка «Долина Forge» в штате Пенсильвания. Привлечение волонтеров проводится через взаимодействие с общественными организациями, проектами и сообществами (в первую очередь с молодежными), а также путем взаимодействия со школами, колледжами и университетами (объявления на Интернет-форумах университетов). Волонтеры, работающие в парке, имеют возможность участвовать в реконструкции военных событий Американской революции. Помимо этого, важная роль отводится научно-исследовательской работе – волонтеры могут принимать участие в археологических раскопках. Реализация проекта осуществляется при поддержке Департамента сохранения культурных и природных памятников.
Девиз проекта Historical Interpretation Volunteers звучит так – «прикоснись к живой истории». Это созвучно с идеей другого, отечественного проекта «Доброхоты» – «узнавая памятники – узнаёшь себя».
Доброхотское движение было основано в начале 50-х годов XX века в музее-заповеднике «Михайловское». В течение сезона в заповедник приезжают до полусотни отрядов, общей численностью до полутора тысяч человек. Доброхоты оказывают хозяйственную помощь Пушкинскому Заповеднику. Кроме этого, они активно участвуют во всех музейных мероприятиях, ставят спектакли, дают концерты, устраивают фольклорные и усадебные праздники, занимаются научно-исследовательской работой. Привлечение волонтеров идет через взаимодействие с общественными организациями, а также путем взаимодействия со школами, лицеями и университетами.
Таким образом, можно говорить о том, что участие в социально-культурных проектах позволяет:

1. силами волонтеров в заповедниках (национальных парках, заказниках и пр.) решить задачи, не обеспеченные государственным финансированием;
2. сформировать у молодых людей бережное, не потребительское отношение к природному и культурному наследию;
3. использовать результаты научной работы волонтеров, вписывая их в концепцию научной деятельности музеев-заповедников.

Эффективность современных социально-культурных (просветительских) проектов определяется рядом следующих факторов.
Во-первых, актуальностью рассматриваемой социокультурной проблемы именно для молодежи. Обращаясь к поиску добровольцев, организация должна четко представлять два момента:

1. Насколько данная проблема является выраженной в референтной молодежной среде (конкретный населенный пункт, школа, ВУЗ и т.д.)? Действительно ли её решение может быть обеспечено через использование волонтерского ресурса? Каким должно быть количество, навыки, интеллектуальный и творческий уровень волонтеров, задействованных в процессе решения данной социальной проблемы?
2. Как сама молодежь оценивает социокультурную проблему. Нередко серьезным препятствием для запуска волонтерского проекта является тот факт, что молодежь слабо осознает проблемный характер сложившейся социальной ситуации.

Во-вторых, эффективностью презентации проблемной ситуации, в том числе, через выстраивание её взаимосвязи с повседневностью «потенциального волонтера». Этот фактор особенно важен для исторического направления. Историко-поисковая деятельность, организация исторических экскурсий, мониторинг состояния памятников национальной культуры – сферы, требующие четкого осознания молодыми волонтерами взаимосвязи истории и современности, понимания ими важности собственной деятельности именно с точки зрения «дня сегодняшнего». В связи с этим необходимо подчеркнуть, что системообразующим элементом рекрутинга и организации эффективно функционирующего социально-культурного проекта является доступность языка изложения проблемной ситуации для молодежи.

В-третьих, существенным диапазоном творческих новаций в рамках проект (возможность волонтеров предлагать и реализовывать собственные механизмы решения проблем: новые формы пропаганды, новые поисковые маршруты, программы проведения конференций и фестивалей и т.д.).

В-четвертых, постоянным ощущением волонтерами собственной социальной полезности. Нередко эффект от реализации социально-культурных проектов не может быть иллюстрирован в «человеческом измерении» (позитивные изменения в жизни конкретной личности) и опосредованно выражается. В связи с этим, одним из фундаментальных оснований успешной реализации социально-культурного проекта является как постоянная наглядная демонстрация позитивной статистической динамики (какому именно числу людей помог проект), так и поддержание престижного характера деятельности молодого добровольца. В этом случае необходимым условием является высокий социальный статус волонтера: признание обществом того факта, что социально-культурная деятельность – важнейшее направление, в рамках которого происходит решение ключевых социокультурных задач через механизм предупреждения антисоциальных девиаций и моделирование позитивного поведения.

В-пятых, активным использованием образовательного пространства для формирования позитивных социокультурных моделей поведения. В данном контексте школы и ВУЗы выступают как площадки волонтерской активности, позволяющие транслировать актуальную социальную информацию подросткам и молодежи, выстраивать процесс диалога по наиболее значимым проблемам конкретного локального сообщества (школа, район, город).

Информационно-консультативные проекты

Одна из целей создания информационных волонтерских проектов – создать условия для координации волонтерских организаций и потребителей их услуг.

Например, проект Lacse – национальное агентство социального единства и равных возможностей во Франции. Его цель – помочь отдельному человеку или группе лиц найти добровольную работу у себя в регионе. Участники привлекаются за счет возможности работать во Франции и предоставление работы студентам. Проект существует за счет государственной поддержки, грантов, частных инвестиций.

В нашей стране существуют аналогичные проекты, например «Доброволец – информационный портал о волонтерах и для волонтеров». Его задача информировать опытных добровольцев и новичков, всех заинтересованных в разнообразных добровольческих инициативах. Основная цель портала «Доброволец» – создать удобный Интернет-портал, на котором публикуются собранные воедино анонсы благотворительных мероприятий, а также необходимая для потенциального волонтера информация (контакты социальных служб, опыт добровольцев и т.п.); осуществляется рассылка с программой благотворительных мероприятий; привлекается внимание к проекту через дружественные СМИ. Реализуется проект при поддержке Благотворительного совета г. Москвы.

Эффективность современных информационно-консультационных волонтерских проектов определяется рядом следующих факторов.

Во-первых, профессионализмом добровольных консультантов, их ориентированностью на системную работу в рамках конкретного спектра проблем (психологические, правовые, педагогические и т.д.).

Во-вторых, уровнем социальной узнаваемости информационно-консультационной организации.

В-третьих, скоростью обновления информации, используемой волонтерами. Очевидно, что в современных условиях необходимо максимально оперативно реагировать на инновации, связанные с решением вопросов, по которым осуществляется информирование и консультирование (например, регулярное обновление on-line-библиотек, отслеживание изменений в национальном миграционном законодательстве, внедрения новых форматов тренингов, методов коррекционной педагогики и т.д.).

В-четвертых, доступностью информационного поля, в рамках которого происходит преимущественное позиционирование организации. Этот фактор является крайне актуальным для сети Интернет. Нередко, заинтересованные социальные группы (потенциальные «клиенты» организации) ограничены в доступе к Сети и навыках поиска в ней необходимой информации (Например, вынужденные переселенцы, подростки, подвергающиеся насилию в семье).

В-пятых, долгосрочным характером оказываемых консультационных услуг, как профессиональной, так и личностно-эмоциональной заинтересованностью добровольного консультанта в конечном позитивном результате работы.

Экологические проекты

На сегодняшний день в мире существует большое число экологических проектов. Рассмотрим три из них.

Первый проект под названием «Добровольцы в парках» (Freiwillige in Parks), Германия. Организатором проекта является Европарк в Германии (EUROPARC Deutschland). Его цель – привлечь добровольных помощников для работы на особо охраняемых природных территориях, в заповедниках и национальных парках. Проект реализуется через практическую охрану видов и защиту биотопа; естественнонаучное наблюдение, работу с общественностью: экологическое образование, сопровождение экскурсий, обслуживания информационных центров для посетителей заповедника, планирование и проведение программ для детских групп и молодежных групп, техническое обслуживание биостанций и кемпингов, туристских троп.

Участники привлекаются в проект через специальные обучающие семинары в школах, мастер-классы и возможность профессионального самосовершенствования.

Другой проект с аналогичным названием «Волонтеры в парках» (V.I.P. - Volunteers In Parks) – экологический проект США, целью которого является охрана уникальных национальных американских заповедников. Реализуется через проведение разнообразных природоохранных мероприятий (Зеленый день, Спасем этот лес и т.д.). Новые участники привлекаются в проект через взаимодействия с общественными организациями, школами, колледжами, университетами. Поскольку проект является государственным, он имеет большой охват: в программе участвуют практически все штаты.

Волонтерский центр «Бурундук» (Москва) осуществляет международные и национальные проекты уже на протяжении пяти лет. Практически все их проекты проходят на территории заповедников, заказников, национальных и природных парков. Цель – оказать практическую помощь сотрудникам заповедников в самых разнообразных ее проявлениях: уход за растениями, благоустройство территории и многое другое. Привлечение волонтеров происходит через сеть Интернет, через взаимодействие с эколого-просветительским центром «Заповедники».

Эффективность современных экологических волонтерских проектов определяется рядом следующих факторов.

Во-первых, специальными профессиональными навыками организаторов волонтерского движения в экологической сфере. (Какие именно природоохранные мероприятия проводить? Каким должно быть их ресурсное и технологическое обеспечение?)

Во-вторых, спецификой информационного позиционирования. В данном контексте, стремясь заинтересовать молодежь экологической проблематикой, необходимо подчеркивать, что активность в этой сфере – не социальная мода (в силу того, что об экологии и проблемах окружающей среды говорят многие западные политические и общественные организации), а необходимое условие социального комфорта и стабильного развития общества.



СПОРТИВНЫЕ ВОЛОНТЁРЫ РОССИИ

Ключевые направления проекта



АНО "Спортивные волонтёры России"

В рамках проекта предполагается создание автономной некоммерческой организации "Спортивные волонтёры России", основными задачами которой станут популяризация добровольческой деятельности в спортивной сфере, а также координация взаимодействия организаторов и волонтёров спортивных событий.



Тема лекционного занятия: Технологии организации волонтерской деятельности и привлечения волонтеров.

Цели занятия: изучить технологии организации волонтерской деятельности и привлечения волонтеров.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Привлечение волонтеров и координация их деятельности.

Практика работы организаций с волонтерами. Самая большая проблема – уход волонтеров. Уход добровольца из программы, проекта является естественным процессом. Сложно рассчитывать, что чело-

век всю жизнь будет заниматься волонтерской деятельностью. Высокая сменяемость и непостоянность добровольцев приводит к необходимости набора и обучения новых волонтеров, а следовательно, и к дополнительным затратам. Чтобы справиться с этой проблемой, необходимо обеспечить приток добровольцев через повышение интереса и привлекательности организации и ее деятельности. Важно обеспечивать качественную координацию деятельности волонтеров после их привлечения. для этого можно использовать информационные технологии: каналы в популярных мессенджерах, группы в социальных сетях - Во «В контакте», в фейсбуке и т.д. Добровольцы участвуют в деятельности волонтерской организации в первую очередь потому, что разделяют цели и ценности волонтерской организации, хотят помочь ее благополучателям. Сильная внутренняя мотивация волонтеров является ключевой для их привлечения и вовлечения. Каждый находит в добровольческой деятельности что-то свое: любовь, дружба, полезные контакты и профессиональные компетенции и т.д. Дополнительными факторами будут красивая униформа, сувениры, запоминающаяся полиграфическая продукция, положительные отзывы в СМИ, доступный и удобный сайт, который также помогает вовлекать волонтеров, создавая привлекательный образ организации. Также одним из ключей к сердцу волонтера являются позитивные энергичные люди, с ярко выраженными лидерскими качествами, за которыми хочется идти, например координаторы волонтеров. В привлечении волонтеров огромную роль играет личный пример действий, поступков – это носит воодушевляющий характер. Такие лидеры обеспечивают волонтерам приток положительных эмоций и неугасающий интерес к волонтерской деятельности. Навыками эффективного привлечения добровольцев к любым видам организаций (НКО, учреждениям и пр.) обладают также ресурсные центры добровольчества – это одна из главных их целей и специфика деятельности. Важно помнить и о значимости продуманной информационной кампании (распространении информации о волонтерском движении) для набора добровольцев. Привлечение волонтеров может происходить как через социальные сети, проведение ознакомительных мероприятий, так и через взаимодействие с волонтерскими центрами или в рамках специализированных интернет-порталов, такого как, например, «Добровольцыроссии.рф». К методам привлечения волонтеров можно отнести следующие: агитация в школе, институте, приглашение друзей, знакомых и людей по рекомендации, объявления, информирование через третьих лиц или открытые источники. Важно помнить, что активный опытный волонтер – лучший пример для новых волонтеров. Привлечение волонтеров происходит после четкого определения задачи (функции), для которой они требуются. Задача должна быть сформулирована с описанием функционала, требуемого времени, необходимого инвентаря или технических средств, навыков и знаний для ее качественного выполнения. Как можно более четкое и подробное описание всех возможных нюансов гарантирует качественный уровень подбора и последующей деятельности волонтеров. Как правило, у волонтерских НКО есть костяк активных добровольцев, а также обширная группа людей, периодически занимающихся волонтерской деятельностью. Поэтому важно понимать еще на этапе отбора, какие волонтеры нужны для той или иной задачи и в каком количестве. Необходимо правильно их отбирать, обучать (в случае, если работа требует специальных умений) и готовить к волонтерской деятельности. Запомните! Неграмотное распределение волонтеров на функции ведет к демотивации и уходу. Можно обращать внимание на возможности действующего в регионе ресурсного центра добровольчества, одной из прямых задач которого является подготовка волонтеров, и экспертов опытных волонтерских организаций. Отбор самих волонтеров может проходить через анкетирование, общие встречи, собеседование с координатором, психологическое собеседование, тестирование и сбор дополнительных документов – все это делается для того, чтобы лучше узнать волонтеров. Стоит признать, что иногда организаторам волонтерской деятельности приходится отказывать волонтерам, – это нужно уметь делать в случае необходимости. Причин для отказа может быть несколько. Во-первых, добровольцу может недоставать профессиональных навыков, компетенций для выполнения требуемых работ, например, по уходу за инвалидами. Безусловно, такой отказ должен быть обоснован и преподнесен максимально корректно, чтобы собеседуемый кандидат не потерял эмоциональный настрой и готовность к добровольческому труду. Во-вторых, есть причины, связанные с наличием мотивов кандидата, которые нельзя причислить к числу бескорыстных. Например, желание что-то рекламировать среди пациентов медицинского учреждения, сбор материалов для написания научной работы, стремление попасть в нужное учреждение, минуя официальные запросы. Наконец,

есть факторы, связанные с криминальным прошлым кандидата, а также причины психического или ментального расстройства, которые можно обнаружить у добровольца. Чтобы понять, подходит ли вам человек, имеющий судимость, иногда достаточно провести дополнительный тренинг, поскольку каждый может оступиться. Во втором случае нужно обязательно советоваться с психологами и объективно мотивировать отказ, ни в коем случае не основываясь на личностных характеристиках кандидата. Необходимо регулярно проводить обучение новичков-волонтеров. Как правило, такая подготовка включает в себя инструктаж, предоставление информационных материалов и , при необходимости, последующий контроль знаний волонтера. Обычно крупные организации, ответственные ведомства и подведомственные учреждения выпускают специальные материалы, содержащие важную для волонтеров информацию. Очевидно, что в некоторых сферах обойтись простым инструктажем невозможно. Например, в области тушения пожаров и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций добровольцам необходимо пройти комплексную подготовку. В целях правильного поведения при тушении лесных пожаров разработан «Справочник добровольного лесного пожарного» (вы можете найти его в материалах к курсу). Правильная подготовка здесь крайне важна, поскольку без нее помощь, даже оказанная из лучших побуждений, может сильно навредить. Известны случаи, когда при борьбе с пожарами искренние, но неподготовленные и не изучившие ситуацию волонтеры начинали тушить не настоящие пожары, а проводимые под контролем специалистов противопожарные палы, которые используются, чтобы обезопасить те или иные участки леса. После подготовки происходит знакомство с коллективом и обучение волонтера на его непосредственном «месте работы». В отдельных случаях для добровольцев проводят семинары и тренинги с сотрудниками, координаторами или психологами организации. Волонтеры, как и сотрудники организации, периодически должны проходить курсы и тренинги повышения квалификации. Невозможно представить себе оказание волонтерской помощи в учреждениях, работающих с инвалидами, без прохождения специального обучения. Этика в общении с людьми с ограниченными возможностями здоровья позволяет снять коммуникативные барьеры. Это действенный инструмент, который позволяет избежать морального травмирования человека с инвалидностью по причине незнания особенностей поведения с людьми, имеющими различного рода физические ограничения. Несмотря на свою простоту и интуитивную понятность, эти правила малоизвестны, и их банальное незнание со стороны добровольцев может только навредить подопечным учреждения. Соответствующие тренинги специально были разработаны для волонтеров, в частности для оказания поддержки на Паралимпийских играх в Сочи. В дополнительных материалах к настоящему курсу есть также методические рекомендации волонтерской программы Национального чемпионата конкурсов профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс». В этих рекомендациях вы можете найти много полезной информации о том, как работать с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Обучение и повышение квалификации направлены на решение таких задач, как рост эффективности организации, создание сплоченной команды и обмен опытом. Кроме того, эти инструменты помогают разрушать неправильные стереотипы, которые мешают адекватно воспринимать роль волонтера и влияют на быстрое эмоциональное выгорание. Чаще всего это встречается в социальной сфере, сфере здравоохранения, поскольку волонтерам приходится сталкиваться с тяжелыми ситуациями. Волонтерская организация должна изначально подготавливать волонтера к тому, с чем ему придется столкнуться и чем он будет заниматься. Качественное обучение помогает сохранять мотивацию дольше, поскольку приобретаемые знания позволяют волонтеру удостовериться в правильности своих действий и придают ему уверенность. Также очень полезно организаторам волонтерской деятельности привлекать психологическую службу, которая сопровождает волонтеров на этапе отбора, обучения и работы. Постоянное сопровождение психологической службы позволяет осуществлять мониторинг и выявлять личностные проблемы на ранних стадиях. Благодарность, уважение и принятие полезной деятельности волонтера со стороны окружающих также являются важной мотивационной составляющей. В качестве награды за добровольческую деятельность государственные и муниципальные учреждения вправе использовать различные формы нематериального поощрения.

Тема лекционного занятия: Законодательная и нормативно-правовая база волонтерской деятельности в сфере физической культуры. Взаимодействие волонтеров с государственными и общественными организациями. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.

Цели занятия: изучить законодательную и нормативно-правовую базу волонтерской деятельности в сфере физической культуры. Взаимодействие волонтеров с государственными и общественными организациями. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Международную правовую базу, регулирующую волонтёрскую деятельность, составляют следующие документы:

- Всеобщая декларация прав человека (1948 г.);
- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.);
- Рекомендации о поддержке добровольчества (резолюция 56/38, принятая Генеральной Ассамблеей ООН, 2002 г.);
- Всеобщая декларация добровольчества (2001 г.).

Наряду с международными актами в России в настоящее время действует целый комплекс нормативных правовых документов, на основании которых осуществляется деятельность добровольческих организаций и добровольцев:

1) Конституция Российской Федерации (ст. 13, 19, 30);
2) Гражданский кодекс Российской Федерации (§ 6, 7 гл. 4);
3) Федеральный закон от 11 августа 1995 г. № 135-ФЗ «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях» (Федеральным законом от 5 февраля 2018 г. № 15-ФЗ название Федерального закона изменено: «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)»);
4) Федеральный закон от 19 мая 1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях»;
5) Федеральный закон от 28 июня 1995 г. № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодёжных и детских общественных объединений»;
6) Федеральный закон от 12 января 1996 г. № 7-ФЗ «О некоммерческих организациях»;
7) Федеральный закон от 5 апреля 2010 г. № 40-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской
Федерации по вопросу поддержки социально ориентированных некоммерческих организаций»;
8) Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
9) Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утверждённая распоряжением Правительства РФ от 17 ноября 2008 г. № 1662-р;
10) Концепция содействия развитию благотворительной деятельности и добровольчества в Российской Федерации, одобренная распоряжением Правительства РФ от 30 июля 2009 г. № Ю54-р;
11) Основы государственной молодёжной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённые распоряжением Правительства РФ от 29 ноября 2014 г. № 2403-р.

В соответствии с новой редакцией Закона «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» добровольцы (волонтёры) — физические лица, осуществляющие волонтёрскую деятельность в целях:

- социальной поддержки и защиты граждан;

· подготовки населения к преодолению последствий стихийных бедствий, экологических, промышленных или иных катастроф, к предотвращению несчастных случаев;
· оказания помощи пострадавшим в результате всех этих бедствий и катастроф, жертвам репрессий, беженцам и вынужденным переселенцам;
· содействия укреплению мира, дружбы и согласия между народами, предотвращению социальных, национальных, религиозных конфликтов;
· содействия укреплению престижа и роли семьи в обществе;
· содействия защите материнства, детства и отцовства;
· содействия деятельности в сфере образования, науки, культуры, искусства, просвещения, духовному развитию личности;
· содействия деятельности в сфере профилактики и охраны здоровья граждан, а также пропаганды здорового образа жизни;
· содействия деятельности в области физической культуры и спорта, участия в организации и проведении спортивных мероприятий;
· охраны окружающей среды и защиты животных;
· охраны и должного содержания зданий, объектов и территорий, имеющих историческое, культовое, культурное или природоохранное значение, и мест захоронения;
· подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций, пропаганды знаний в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности;
· социальной реабилитации детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, безнадзорных детей, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации;
· оказания бесплатной юридической помощи и правового просвещения населения;
· участия в деятельности по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних;
· содействия развитию научно-технического, художественного творчества детей и молодёжи;
· содействия патриотическому, духовно-нравственному воспитанию детей и молодёжи;
· поддержки общественно значимых молодёжных инициатив, проектов, детского и молодёжного движения, детских и молодёжных организаций;
· содействия деятельности по производству и (или) распространению социальной рекламы;
• содействия профилактике социально опасных форм поведения граждан.

Взаимодействие с государственными и общественными организациями

Организация добровольческого труда молодежи, вовлечения молодых людей в многообразную общественную деятельность является одним из приоритетных направлений Стратегии государственной молодежной политики в Российской Федерации. Вместе с тем, государство, опираясь лишь на государственные институты, не способно справиться с многообразием современных общественных проблем. Большинство задач социальной политики не могут быть решены без деятельной, активной, всесторонней поддержки со стороны населения.

Кроме того, профилактика негативных социальных явлений, помощь членам местного сообщества, воспитание детей и молодежи, природоохранные мероприятия и многие другие проблемы требуют включения всего населения. Именно участие добровольцев в решении задач социальной политики способно создать важные условия для ее успешной реализации:

– оказание помощи в деятельности специалистов;
– выявление неучтенных социальных проблем;
– пропаганда целей и задач социальной политики;
– способность самостоятельно решать отдельные возникающие социальные проблемы в собственной жизни и в жизни своей семьи;
– социально-активное, ответственное поведение, направленное на предотвращение возникновения и усугубление социальной напряженности;
– активное участие в анализе и всестороннем обсуждении причин возникающих социальных проблем, участие в принятии плана действии по их устранению;
– инициативное поведение, направленное на улучшение качества жизни в местном сообществе.

Добровольческая деятельность способна стать мощным инструментом реализации целей и задач социальной политики в местном сообществе, создавать дополнительные условия для повышения ее эффективности.

По мнению исследователей в области социальной политики, главным принципом государства должен стать принцип социального партнерства между государственным и общественным секторами.

В Российской Федерации существуют давние традиции социального служения и добровольческой деятельности и современное осмысление этого опыта. Добровольческая деятельность используется в так называемом третьем секторе: некоммерческих организациях (НКО), общественных объединениях и движениях, в образовательных учреждениях, инициативными гражданами на местном уровне и в местных муниципальных сообществах. Для дальнейшего развития добровольческой деятельности в Российской Федерации необходимо создавать условия для ее поддержки, повышать эффективность этой деятельности и сохранять ее характер в современном понимании.

В процессе работы общественные и некоммерческие организации сталкиваются с множеством проблем, и так или иначе все они связаны с неясностью правового статуса добровольца, лишь частично определяемого в Федеральном законе «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях», что говорит о необходимости совершенствования законодательства в этой сфере.

Волонтеры спортивного направления.

В практике волонтерства при определении понятия «спортивный волонтер» существует несколько подходов. В рамках первого подхода, под спортивными волонтерами понимается конкретная категория волонтеров, непосредственно задействованных в проведении спортивных соревнований, в функциональные обязанности которых входит: работа непосредственно в зоне проведения соревнований и в зонах, предназначенных для спортсменов; подготовка зоны проведения соревнований; обеспечение безопасности в зоне проведения соревнований; работа в офисе соревнований по обеспечению команд необходимой информацией; поддержание зоны атлетов в надлежащем со стоянии; контроль за предоставлением сервисов спортсменам и др. Так, толь ко в рамках проекта XXII Олимпийские и XI Паралимпийские зимние игры 2014 года в г. Сочи было задействовано 5000 спортивных волонтеров, помимо волонтеров общего и специального профиля. Второй подход трактует спортивных волонтеров как волонтеров спортивного направления и участников спортивных мероприятий. Учитывая все варианты определений волонтеров, связанных с организацией спортивных мероприятий, предлагаем следующее определение: Спортивное волонтерство – волонтерская (добровольческая) деятельность, связанная с участием в организации и(или) проведении физкультурных и спортивных мероприятий городского, регионального, федерального и международного уровней на территории Российской Федерации, проектов и(или) программ по популяризации спорта и пропаганде здорового образа жизни. Понятие «олимпийский волонтер» (в нашем случае можно говорить и о «волонтере спортивного направления») зародилось во времена 9 подготовки Олимпийских игр в период с 1980 по 1992 год — от Лейк-Плэсида до Барселоны. Сделав ставку на участие добровольцев в проведении будущих Универсиад и Олимпийских игр, организаторы положили начало спортивному волонтерскому движению во всем мире. Концепция волонтерства крупнейших спортивных соревнований была впервые определена в рамках отчета Олимпийских игр в Барселоне в 1992 году. В нем было сказано: «волонтер – это человек, который на добровольных началах способствует в организации Олимпийских игр, выполняя задачи, возложенные на него, в меру своих способностей, не получая за это оплаты или вознаграждения». Сразу отметим, что в этом определении никак не отражается связь волонтеров с олимпийской идеологией, ценностями. На тот момент они фигурировали как люди, выполняющие возложенные на них определенные задачи и совершенно не получающие за это никакого материального вознаграждения. Говоря о процессе институционализации спортивного волонтерства, стоит отметить, что к настоящему моменту он завершился формированием самостоятельного института, который теперь представляет собой важный элемент в структуре организации крупнейших спортивных массовых мероприятий.

Тема лекционного занятия: Проблемы социальных групп, нуждающихся в волонтерской поддержке.

Цели занятия: изучить проблемы социальных групп, нуждающихся в волонтерской поддержке.

Методы и средства обучения, основные методические приемы: лекция, диалог, рассказ.

Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией:

Очень широк спектр деятельности, где требуется волонтерская помощь, поэтому каждый молодой человек может выбрать для себя тот вид добровольческой деятельности, который отвечает его потребностям и позволяет реализовать собственные устремления.

Анализ направлений деятельности различных организаций позволяет выделить следующие, наиболее актуальные для молодежи формы и направления волонтерской деятельности:

- работа с социально незащищенными группами населения (дети-сироты, инвалиды, пожилые люди, бездомные, беженцы, бывшие заключенные и другие);
- служба в больницах;
- психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков;
- профилактика здорового и безопасного образа жизни, просветительская деятельность, направленная на профилактику наркомании, СПИДа;
- работа, направленная на восстановление и сохранение исторических и природных памятников;
- помощь животным, работа в приютах для животных, добровольная помощь зоопаркам и заповедникам;
- защита окружающей среды;
- досуговая и творческая деятельность (организация свободного времени детей и подростков, организация концертов, театральных выступлений, конкурсов, праздников и др.);
- краеведческая деятельность;
- интернет-добровольчество (Википедия) и другие.

Необходимо отметить, что добровольческая организация может вести работу в каком-либо одном направлении деятельности, например, только помощь детским домам или пропаганда здорового образа жизни, а может реализовать свои проекты в различных социальных и общественных сферах жизни.

Далее мы кратко остановимся на выделенных направлениях работы волонтеров и попытаемся раскрыть специфику каждого из указанных направлений.

Работа с социально незащищенными группами населения

Добровольцы, выбравшие для себя это направление деятельности, отдают свое свободное время, оказывают помощь и поддержку пожилым людям, находящимся в доме для престарелых, сиротам в домах ребенка и детских домах. Старики и дети – это самые незащищенные категории, которые больше всего нуждаются в духовной поддержке, милосердии, ласке и внимании. Персонал домов-интернатов для детей и пожилых людей при всем своем желании не имеет физической возможности уделять в достаточной мере внимания каждому проживающему в таком учреждении. Волонтеры своим участием помогают пожилым людям достойно встретить старость, оказывают поддержку, потому что старики, как и дети, нуждаются в постоянной заботе, сочувствии и внимании.

Отдельно хотелось бы сказать о детях, воспитывающихся в домах ребенка, детских домах и интернатах. Общеизвестно, что для нормального развития ребенка нужна полноценная социальная среда. Поэтому, дети, лишенные необходимого человеческого общения на ранних этапах своего развития, даже не имея проблем физического плана, развиваются с заметным отставанием от своих сверстников, воспитывающихся в семье. Активное участие добровольцев в социальной, психологической и интеллектуальной реабилитации детей-сирот позволяет им стать полноценными членами нашего общества.

Служба в больницах

На сегодняшний день в России еще не сложилась служба организации жизни ребенка в больнице, как, например, в ряде других стран. Потребность в волонтерах крайне велика. Однако специфика работы в этом направлении приводит к тому, что многие не выдерживают и уходят. Поэтому проблема отбора волонтеров, способных работать в больнице, оказывать действенную помощь является актуальной. Работа волонтера, даже если это всего несколько часов в неделю, помогает реализовать целостный подход

к пациенту в больнице, дает шанс самим пациентам ощутить свою жизнь полноценной, а себя – нужным и важным кому-то человеком, личностью.

В перспективе развития волонтерской службы в больнице волонтеры, получив соответствующее обучение, могут выполнять более сложную работу, такую как уход за детьми-инвалидами, игровая терапия, оказание помощи и уход за больными в терминальной стадии и их родственниками в больнице и на дому. Что, в свою очередь, требует соответствующих шагов доверия со стороны медицинского персонала, более развернутых стратегий поиска, привлечения разных категорий волонтеров, включая студентов, готовых и способных активно обучаться.

Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков

В помощи нуждаются как дети с нормальным, так и с нарушенным развитием. В рамках этого направления осуществляется: репетиторство, проведение праздников, организация досуга и др. Одной из основных проблем детей с особенностями психического и физического развития является отсутствие возможностей для социализации их в обществе здоровых людей. Контакт с волонтерами противодействует социальной изолированности детей - инвалидов, ведет к усилению толерантности общества по отношению к ним.

Профилактика здорового и безопасного образа жизни

Очень важным направлением является работа волонтеров с молодежью, направленная на оздоровление молодежной среды и профилактику наркотической и алкогольной зависимости.

В рамках реализации этой деятельности проводятся целенаправленные обучающие семинары, тренинги, антинаркотические акции, усиливается контроль над возможными каналами поступления наркотиков в молодежную среду. Также существуют такие формы работы, как работа телефона «Доверия», оказание консультативной помощи, психологической поддержки, проведение тематических «круглых столов» с привлечением специалистов.

Восстановление и сохранение памятников природы, истории и культуры

Охраняемые природные территории нуждаются в бескорыстной практической помощи добровольцев, - ведь именно добровольцы выполняют ту необходимую работу, на которую у сотрудников часто не хватает ни сил, ни средств, ни времени. **Очень часто вход на эти территории закрыт для посетителей, только волонтерам разрешается побывать в местах, не тронутых цивилизацией, чтобы добрым делом помочь сохранить живое наследие нашей земли.**

Участие добровольцев в такого рода проектах позволяет им не только оказать посильную помощь в сохранении природного и культурного богатства нашей страны, но и, в буквальном смысле, поближе познакомиться со многими памятниками природы и культуры, приобщиться к культурному наследию.

Защита окружающей среды

Добровольческая деятельность по защите окружающей среды предполагает участие молодых людей в разнообразных акциях по привлечению внимания общества или власти к экологическим проблемам, требующим решения. Волонтеры оказывают помощь в распространении информации по различным экологическим проектам. Это прежде всего проведение лекций, рассказов о современных технологиях, позволяющих без больших затрат сделать свой быт и свое рабочее место экологичнее. Среди активных видов деятельности можно назвать экологические инспекции: выявление незаконных рубок деревьев и кустарников, несанкционированных свалок мусора и др.

Волонтеры известной организации Гринпис говорят о своей работе так: «широкое развитие природоохранного волонтерства может заметно изменить образ мысли и образ жизни многих людей. Мы стараемся дать возможность максимальному количеству людей поучаствовать в практических природоохранных мероприятиях, увидеть непосредственный результат своей работы. Это могут быть посаженные деревья, потушенные лесные пожары, остановленные незаконные рубки».

Помощь животным

Добровольцы, принимающие участие в оказании помощи бездомным животным, стараются воплощать в жизнь идеи гуманного отношения к животным и внедрения действительно эффективных мер по сокра-

щению численности беспризорных животных. Молодые люди занимаются просветительской деятельностью:

- регулярно проводят информационно-образовательные акции;
- распространяют материалы, целью которых является ознакомление граждан с проблемой беспризорных животных, раскрытие преступной деятельности "перекупщиков" и бродяг, объяснение необходимости и преимуществ стерилизации и т.п.

Волонтеры оказывают помощь в приютах для животных, помогают уличным животным – благодаря этому многие животные находят старых или новых хозяев. Принимают меры по выявлению и пресечению случаев издевательств над животными, проводят акции по устройству животных «в семью».

Творческая деятельность

Молодые люди, выбирающие для себя участие в эстетическом направлении добровольческой деятельности, имеют возможность приобщения к миру искусства, общения с музыкантами, художниками мировой величины, расширения кругозора в области художественного и музыкального искусства. Они оказывают помощь в реализации конкретных проектов, дежурят на выставках, концертах, раздают рекламные буклеты, программки концертов. Волонтеры, которые знают иностранные языки, могут прикрепляться в качестве сопровождающих к зарубежному музыканту, знакомить гостя с городом и т.д. Кроме этого, иногда требуется помощь в переводе зарубежных книг и других материалов, необходимых для планирования концертной деятельности.

Деятельность в условиях музеев предполагает помощь в организации и проведении выставок в музее: монтаж выставки, контроль за посетителями, распространение информационных буклетов о предстоящем мероприятии среди знакомых и др.

Еще одним видом деятельности в этом направлении является работа в сети Интернет: поиск необходимой информации, оповещение слушателей о предстоящих концертах или выставках по электронной почте

Волонтерами в сфере искусства могут быть как молодые люди, имеющие подготовку по предметам эстетического профиля, так и обычные студенты и школьники. Ребята, которые собираются связать свою жизнь с профессией в сфере искусства, получают возможность пополнения своего профессионального багажа, получения опыта, который необходим при устройстве на работу.

Краеведческая деятельность

Участие молодых людей в волонтерских проектах, посвященных изучению истории своего края, позволяет с помощью экскурсий, путешествий, систематических краеведческих наблюдений расширять кругозор детей и подростков, прививать им разносторонние практические навыков, воспитывать в них патриотизм, любовь к отечеству.

Для решения исследовательских задач этого направления добровольческой деятельности, молодые люди в ходе экспедиций проводят сбор устной информации у населения, фотографирование, картографирование объектов, проводят анализ собранных материалов и артефактов. Наряду с исследованиями, добровольцы ведут просветительскую работу, включающую проведение бесед, лекций, дискуссий по истории родного края. Участники проекта имеют возможность познакомиться с методикой сбора устной истории и правилами проведения полевых исследований, получают туристическую подготовку. Экологическое просвещение участников также является немаловажной составляющей этих проектов. Кроме этого, повышается интерес учащейся молодежи к изучению истории, культуры русской провинции, а также формируются навыки самостоятельной исследовательской работы, работы с историческими источниками.

Историко-просветительская деятельность

Среди задач, реализуемых в рамках историко-просветительского направления, можно назвать такие, как: поддержка инициатив и осуществление проектов, направленных на просвещение и воспитание молодёжи в духе идей ненасилия, миротворчества, уважения к правам человека, идеалам демократии и гуманизма, стимулирование участия молодёжи в общественно-полезной деятельности. Важным является прямой контакт молодёжи с историей, с её вещественными и документальными свидетельствами, а ещё лучше - с её живыми и активными участниками. Добровольцы участвуют в сборе воспоминаний у мест-

ного населения, занимаются поиском материальных свидетельств, связанных с теми или иными историческими событиями, например связанных с историей политических репрессий в СССР.
В проектах такого рода предусматривается разнообразная просветительская и культурная программа для самих волонтёров: экскурсии, беседы, дискуссии, встречи с правозащитниками и бывшими политзаключёнными, просмотры фильмов, творческие занятия и др.

Интернет-добровольчество

Википедия — свободная энциклопедия, создаваемая совместными усилиями добровольцев, веб-сайт, структуру и содержимое которого пользователи могут сообща изменять с помощью инструментов, предоставляемых самим сайтом.

П.2.3. Методические материалы к практическим занятиям по дисциплине (модулю)

Тема занятия: Понятие о волонтерстве и волонтерской деятельности. История развития волонтерских движений и опыт волонтерской деятельности за рубежом

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.1.

1. Волонтерство и волонтерская деятельность: определения, подходы, проблемы.
2. Направления волонтерской деятельности.
3. Типология волонтеров и их мотивация.
4. Личность волонтера и группы потенциальных волонтеров.
5. Место волонтерства в общественной жизни.
6. Социальный аспект волонтерской деятельности в сфере физической культуры.
7. Социально-экономический аспект волонтерской деятельности.
8. Морально-этический аспект волонтерской деятельности в сфере физической культуры.
9. Организационный аспект волонтерской деятельности в сфере физической культуры.
10. Предыстория волонтерского движения: Древний мир и Средние века.
11. Становление волонтерского движения в Новое и Новейшее время.
12. Организация волонтерской деятельности в странах Европы.
13. Организация волонтерской деятельности в странах Америки.
14. Организация волонтерской деятельности в странах Азии и Африки.
15. Организация волонтерской деятельности в Российской Федерации.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Волонтерское движение в России.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 1.2.

1. Благотворительность и социальная помощь в России: от общинных традиций взаимопомощи до начала XX века.
2. Социальная помощь в СССР: добровольность работы на субботниках, уборках урожая, шефской работе, стройотрядах и др.
3. Волонтерское движение в 90-е гг. XX века и в современной России.
4. Волонтерские организации и движения в России.
5. История и виды социальной помощи и добровольчества в России.
6. Значение опыта волонтерской деятельности в зарубежных странах для развития волонтерской деятельности в России.
7. Наиболее острые вопросы волонтерской деятельности в РФ.
8. Проблемы волонтерской деятельности в различных регионах России.
9. Развитие благотворительности и попечительства как основных инструментов российского добровольчества.
10.Развитие добровольческого движения в молодежной политике.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Современные волонтерские проекты в России.
Формы практических заданий: реферат.
Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.1.

1. Современные волонтерские проекты в России.
2. Участие некоммерческих неправительственных организаций в подготовке и реализации целевых программ по волонтерской деятельности.
3. Федеральные и региональные программы по развитию волонтерской деятельности.
4. Формы и методы реализации волонтерской деятельности в России.
5. Функции волонтерской деятельности в современном обществе.
6. Цели и ценности волонтерских проектов.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Технологии организации волонтерской деятельности и привлечения волонтеров**.**
Формы практических заданий: реферат.
Примерный перечень тем рефератов к Теме 2.2.

1. Технологии организации волонтерской деятельности.
2. Технологии привлечения волонтеров.
3. Организация волонтерской деятельности различными объединениями и общественными институтами.
4. Стратегии набора волонтеров.
5. Практика обучения волонтеров.
6. Волонтерство и социальная помощь населению в чрезвычайных ситуациях.
7. Волонтерство и поддержка программ социального развития.
8. Волонтерство и улучшение морально-психологического климата.
9. Волонтерство и обеспечение социально значимых сфер жизнедеятельности.
10.Волонтерство и социальная работа в сфере физической культуры.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Законодательная и нормативно-правовая база волонтерской деятельности в сфере физической культуры. Взаимодействие волонтеров с государственными и общественными организациями. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.1.

1. Законодательная и нормативно-правовая база волонтерской деятельности в Российской Федерации.
2. Нормативно-правовая база волонтерской деятельности: международный уровень.
3. Принцип социального партнерства в реализации волонтерской деятельности.
4. Волонтерство и органы государственной власти, государственные организации.
5. Волонтерство и бизнес-структуры.
6. Волонтерство и некоммерческие организации в сфере физической культуры
7. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.
18. Реализация Стратегии государственной молодежной политики в России.
19. Социально-философские основания волонтерской деятельности в сфере физической культуры и спорта.
20. Волонтерское спортивное движение как разновидность социального движения.
21. Социально-экономический эффект волонтерской спортивной деятельности.
22. Источники и формы финансирования волонтерской деятельности.
23. Проблема вознаграждения труда добровольцев.
24. Гражданская миссия волонтерства в сфере физической культуры.
25. Волонтерская субкультура.
26. Лидерство в волонтерской группе.
27. Волонтерская группа и внешняя социальная среда.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

Тема занятия: Проблемы социальных групп, нуждающихся в волонтерской поддержке**.**

Формы практических заданий: реферат.

Примерный перечень тем рефератов к Теме 3.2.

1. Проблемы волонтерской деятельности в различных регионах России.
2. Социальные группы, нуждающиеся в волонтерской поддержке.
3. Психологические и педагогические аспекты волонтерской деятельности.
4. Управление добровольческой деятельностью.
5. Функции управления добровольческой деятельностью
6. Оценка эффективности и результативности добровольческой работы
7. Цели добровольческой деятельности, влияющие на характер управления.
8. Проблемные ситуации во время собеседования при наборе волонтеров.
9. Типы организации добровольческой деятельности, влияющие на характер управления.
10. Взаимоотношения руководителей и добровольцев, влияющие на характер управления.

Требования к выполнению практического задания:
Взаимодействие с аудиторией (обратная связь, устный ответ на тему реферата)

П.2.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Раздел, тема	Вид самостоятельной работы
Модуль 1	
РАЗДЕЛ 1. Теоретико-методологические основы волонтерства в сфере физической культуры и спорта. Тема 1.1. Понятие о волонтерстве и волонтерской деятельности. История развития волонтерских движений и опыт волонтерской деятельности за рубежом	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 1.2. Волонтерское движение в России	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 2. Современные аспекты деятельности волонтера в сфере физической культуры и спорта**.** Тема 2.1. Современные волонтерские проекты в России.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 2.2. Технологии организации волонтерской деятельности и привлечения волонтеров	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
РАЗДЕЛ 3. Практические аспекты деятельности волонтера в сфере физической культуры и спорта. Тема 3.1. Законодательная и нормативно-правовая база волонтерской деятельности в сфере физической культуры. Взаимодействие волонтеров с государственными и общественными организациями. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.	Самостоятельное изучение материала раздела/темы
Тема 3.2. Проблемы социальных групп, нуждающихся в волонтерской поддержке	Самостоятельное изучение материала раздела/темы

Задания для самостоятельной работы

Задания для самостоятельной работы к Разделу 1

Перечень вопросов к самостоятельному изучению Раздела 1:

1.Дать определение термину «Волонтерство» и кратко охарактеризовать волонтерскую деятельность.
2. Виды волонтерской деятельности.
3. Раскрыть социально-экономический аспект волонтерской деятельности.
4. Хронологически привести примеры из истории развития волонтерских движений.
5.Формирование волонтерских групп в XX веке.
6. Организация волонтерской деятельности в разных странах.
7. Организационный аспект спортивной волонтерской деятельности.
8. Приведите примеры социального волонтерства и меценатства во времена Киевской Руси, Московского государства, Российской империи, СССР, современной России.
9. Какое влияние оказывают некоммерческие, общественные и благотворительные организации на формирование волонтерского движения.
10. Волонтерская деятельность как показатель развития правового государства.

Задания для самостоятельной работы к Разделу 2

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 2:

1. Приведите примеры волонтерских гуманитарных проектов в России и в мире.
2. Приведите примеры волонтерских социально-культурных проектов в России и в мире.
3. Приведите примеры волонтерских информационно-консультативных проектов в России и в мире.
4. Приведите примеры волонтерских экологических проектов в России и в мире.
5. Раскройте основные факторы эффективности современных волонтерских проектов.
6. Какие критерии отбора адресатов волонтерской деятельности. Охарактеризуйте личность волонтера.
7. Виды организаций волонтерской деятельности, различные объединения и общественные институты.
8. Виды стратегии набора волонтеров.
9. Опишите технологию организации системы кастинга волонтеров.
10. Значение и престиж статуса волонтера в социуме
11. Функции волонтеров при реализации проекта в сфере ФК и С

Задания для самостоятельной работы к Разделу

Перечень вопросов для самостоятельной работы к Разделу 3:

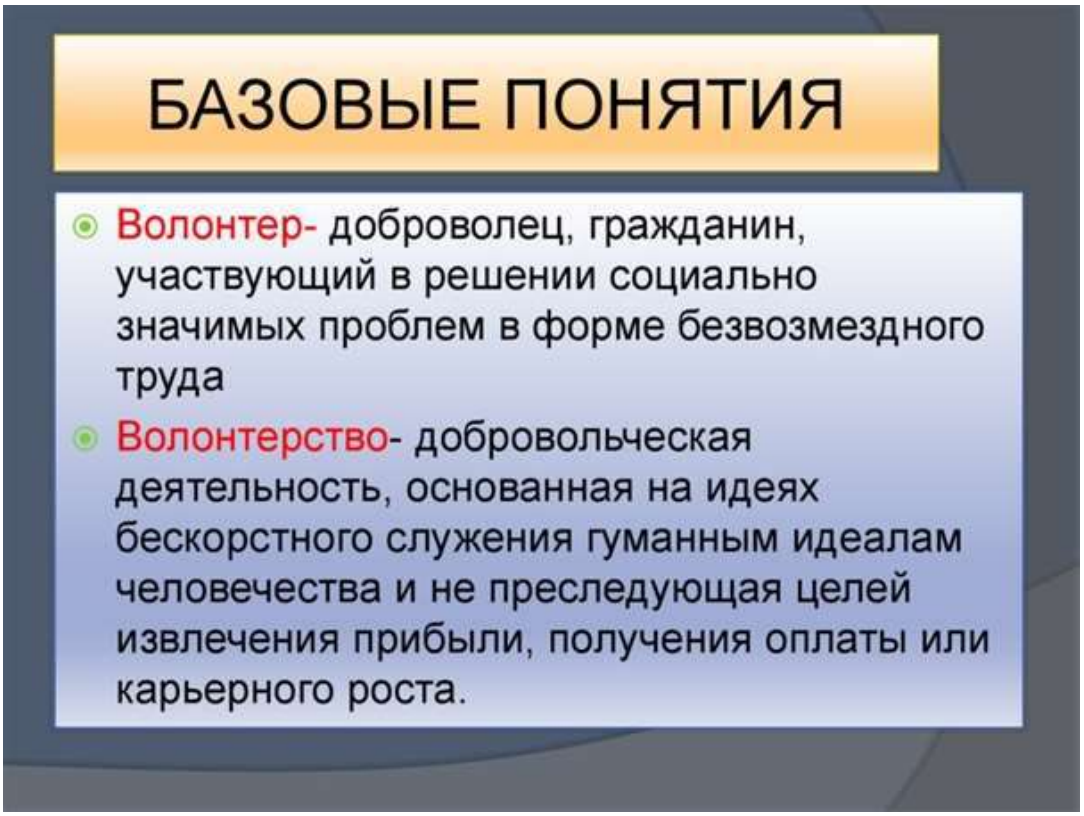
1. Какие категории населения, нуждаются в волонтерской поддержке.
2. Какие социальные проблемы можно решить силами волонтеров.
3. Перечислите основные причины участия волонтеров в жизни нуждающихся.
4. Охарактеризуйте нормативно-правовую базу, на которой основывается деятельность российских добровольческих объединений и организаций.
5. Какие цели и задачи волонтерской деятельности как инструмент реализации социальной политики государства.
6. Принципы социального партнерства между государственным и общественным сектором.
7. Охарактеризуйте факторы потенциального партнерства на всех уровнях взаимодействия (местные власти, бизнес-структуры, учреждения культуры, образования, здравоохранения, некоммерческие организации и средства массовой информации).
8. Приведите примеры социально-экономической эффективности волонтерской деятельности, методики расчета стоимости труда волонтера.
9. Трансляция и накопление опыта общественно-полезной деятельности от волонтерства.
10. Волонтерская деятельность в области физической культуры и здоровья населения.
11. Социальная факторы, определяющие специфику волонтерской деятельности в сфере физической культуры и спорта.
12. Волонтерская деятельность в различных учреждениях в области ФК и С: ее специфика и основные задачи.

14.Проблемы подготовки спортивных волонтеров к практической деятельности
15. Специфика использования коммуникативных методов в технологиях в сфере ФК и С.

П.2.5. Учебно-наглядные пособия по дисциплине (модулю)

РАЗДЕЛ 1. Теоретико-методологические основы волонтерства в сфере физической культуры и спорта.

Тема 1.1. Понятие о волонтерстве и волонтерской деятельности. История развития волонтерских движений и опыт волонтерской деятельности за рубежом



Суть волонтерской деятельности.

Волонтёрская деятельность – это широкий круг деятельности, включая традиционные формы взаимопомощи и самопомощи, официальное предоставление услуг и другие формы гражданского участия, которая осуществляется добровольно на благо широкой общественности без расчёта на денежное вознаграждение.

Волонтёрский труд не оплачивается. Волонтёры – не только альтруисты, они работают ради приобретения опыта, специальных навыков и знаний, установления личных контактов.

Добровольная помощь, оказываемая человеком или группой людей обществу в целом или отдельным людям может принимать различные формы: от традиционных видов взаимопомощи до совместных усилий тысяч людей, направленных на преодоление последствий стихийного бедствия, урегулирование конфликтных ситуаций, искоренение бедности.

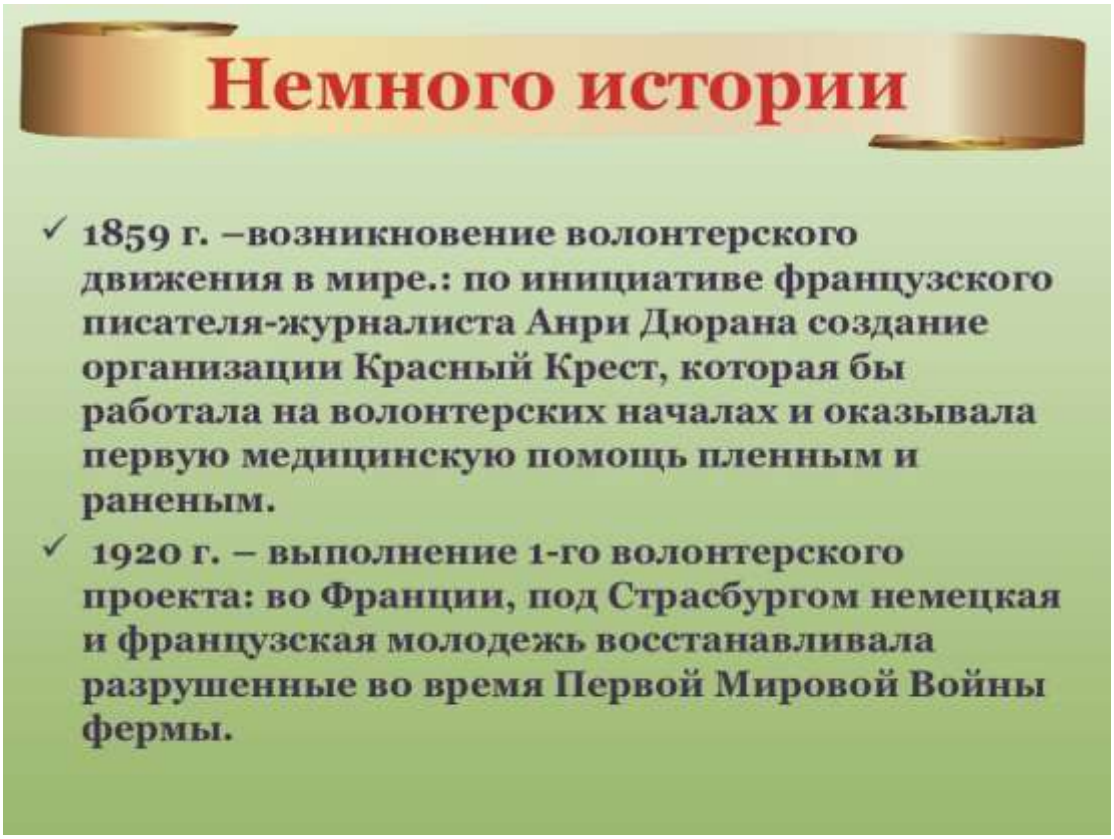
История волонтёрства в России

К началу Первой мировой войны это добровольческое движение распространилось среди женщин-волонтеров и за рубежом (Красный Крест).

Всегда находились деятельные одиночки, жаждавшие помочь угнетенным и обездоленным, ведь это - в самом характере русского человека.

Образ комсомольца-добровольца, сражавшегося в рядах Красной Армии, восстанавливавшего разрушенное войнами народное хозяйство, ехавшего покорять целину, оставил глубокий след в сознании русских людей. «Тимуровское» и пионерское движение

К сожалению, на сегодняшний день общая численность добровольцев в России едва превышает 1,5% от всего населения. В основном это, конечно, молодежь.



Тема 1.2. Волонтерское движение в России**.**





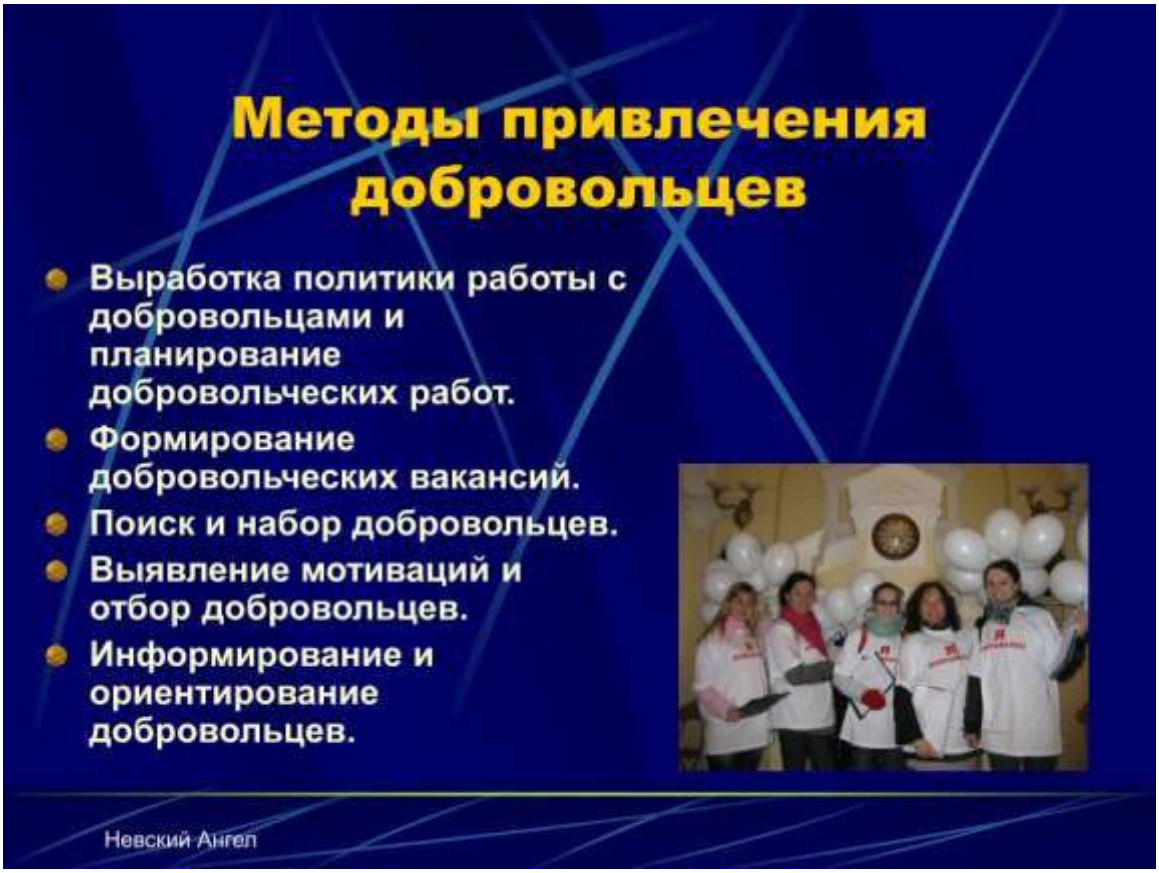
РАЗДЕЛ 2. Современные аспекты деятельности волонтера в сфере физической культуры и спорта**.**

Тема 2.1. Современные волонтерские проекты в России.





Тема 2.2. Технологии организации волонтерской деятельности и привлечения волонтеров.





РАЗДЕЛ 3. Практические аспекты деятельности волонтера в сфере физической культуры и спорта.

Тема 3.1. Законодательная и нормативно-правовая база волонтерской деятельности в сфере физической культуры. Взаимодействие волонтеров с государственными и общественными

организациями. Практический аспект и общественная ценность вклада волонтеров в сфере физической культуры.

Направления работы	Виды работы, выполняемые по данному направлению
Прибытия и отъезды	- встречи и проводы участников и гостей спортивного мероприятия в аэропорту / на ж/д вокзале; - управление потоками прибывающих и отъезжающих гостей мероприятия; - решение оперативных вопросов, возникающих у прибывающих / отъезжающих гостей мероприятия; - работа на информационных стойках в аэропортах / на ж/д вокзалах (общение с гостями – предоставление информации, исходя из их запроса);
	- помощь в организации обслуживания гостей и спортсменов в аэропортах/ на ж/д вокзалах.
Церемонии	Административная работа в отделе размещения: **Офисные и административные волонтеры** (информационная и административная поддержка участников/ контроль соблюдения участниками графиков репетиций, питания, трансферов). **Координаторы, сопровождающие группы участников** (помощь при встречах, размещении, организации трансферов и питания участников/сопровождение групп участников). **Ассистенты на репетициях и кастингах:** координация участников/регистрация на кастинги/помощь в подготовке кастингов и репетиций. **Работа с артистическими костюмами:** ассистенты костюмера (помощь в сборе и учете костюмов после репетиций и шоу, глажка/мелкий ремонт/подготовка костюмов). **Помощь в установке декораций:** работа с декорациями/ установка декораций/установка оборудования во время репетиций и шоу. **Работа с крупным и мелким реквизитом:** ассистенты по мелкому и крупному реквизиту (помощь в установке большого реквизита во время репетиций и шоу, распределение мелкого реквизита/мелкий ремонт). **Сопровождение атлетов:** сопровождающие атлетов (координация больших масс людей/сопровождение атлетов, например, во время Парада спортсменов). **Волонтеры, несущие таблички команд:** вынос табличек с названием страны-участника. **Работа со зрителями:** волонтеры по работе со зрителями (координация участия зрителей в шоу, мотивация и тренинг).

	Работа со стилистами: ассистенты визажистов (накладывание грима), ассистенты парикмахеров (причесывания). **Работа с артистами:** координация и сопровождение артистов в закулисном пространстве.
Спорт	- работа непосредственно в зоне проведения соревнований и в зонах, предназначенных для спортсменов; - подготовка зоны проведения соревнований к спортивным соревнованиям; - обслуживание зоны проведения соревнований во время проведения соревнований; - обеспечение безопасности в зоне проведения соревнований; - работа в офисе соревнований – административная поддержка, подготовка результатов и протоколов; - работа со спортсменами – обеспечение команд необходимой информацией; - поддержание зоны атлетов в надлежащем состоянии; - контроль за предоставлением сервисов спортсменам; - оказание помощи спортсменам и представителям команд; - сопровождение спортсменов и членов команд; - помощь судьям – обеспечение спортсменов необходимым инвентарем, проверка и маркировка инвентаря, фиксирование результатов, ведение статистики.
Допинг-контроль	- контроль оборудования, транспорта и уборки станции допинг-контроля; - контроль доступа на станцию допинг-контроля; - регистрация всех прибывающих/убывающих лиц на станции допинг-контроля; - уведомление и сопровождение спортсменов на станцию допинг-контроля.

Протокол	- работа с иностранными и российскими высокопоставленными официальными лицами и делегациями; - церемонии награждения, церемонии открытия и закрытия, церемонии приветствия команд.
Медобслуживание	- оказание первой доврачебной помощи зрителям и спортсменам во время спортивных соревнований; - помощь медицинским бригадам.
Технологии	- оператор Call-центра; - техническая поддержка информационных сервисов мероприятия и пользователей; - хронометраж, ведение количественных показателей соревнований и обеспечение их достоверности; - распространение печатных материалов о результатах соревнований; - эксплуатация портативных радиостанций.
Работа прессы	**Волонтеры пресс-центров:** - помощь в организации работы пресс-центров; - сбор, подготовка и согласование цитат, публикация информации; - помощь в подготовке новостей и обзоров; - распространение печатных версий результатов на пресс-трибунах. **Волонтеры пресс-службы:** - работа на информационных стойках в пресс-центрах; - координация графика пресс-конференций; - предоставление информации СМИ; - сбор заявок на интервью; - работа с текстами; - создание справочных документов.

Транспорт	- организация парковки транспортных средств; - вызов «шаттлов»; - распределение потоков людей по направлениям следования транспорта; - помощь в мониторинге и управлении транспортной системой мероприятия; - помощь в своевременной актуализации информации, касающейся организации транспортных потоков, контроль правильности ее отображения на транспортном табло; - поддержка «горячей линии» по вопросам транспортного обеспечения; - помощь в составлении и внесении изменений в график прибытий-отъездов, учет загрузки транспортных средств; - работа проводниками на поездах, курсирующих между спортивными объектами; - работа проводниками в автобусах.
Аккредитация	- написание, редактирование и перевод документов; - помощь в заполнении и проверке документов финансовой отчетности; - работа в аккредитационных центрах и офисах; - аккредитация персонала и волонтеров; - административные функции.
Обслуживание мероприятий	- управление потоками зрителей; - проверка билетов; - помощь в проверке аккредитаций; - работа на трибунах; - работа на информационных стойках на объектах; - работа в бюро находок; - распространение информационных материалов на объектах.

Лингвистические услуги	- устный последовательный перевод; - письменный перевод; - помощь в организации работы переводчиков; - сопровождение иностранных делегатов (Атташе).
Услуги по организации питания	- контроль работы предприятий питания (на основании утвержденного чек-листа); - помощь в обеспечении спортсменов питанием; - консультация гостей по вопросам общественного питания.
Размещение	- помощь в решении типовых вопросов постояльцев гостиниц; - работа на ресепшн; - оказание услуг спортсменам; - оказание административных услуг (офис-менеджмент).

Тема 3.2. Проблемы социальных групп, нуждающихся в волонтерской поддержке.



Трудности, с которыми могут столкнуться волонтеры:

• потребительский подход со стороны семей;

• родители неохотно идут на контакт, если нет материальной помощи;

• родители порой не заинтересованы или просто у них нет сил на развитие и социализацию ребенка;

• работа с детьми инвалидами или сиротами и трудными подростками, работа с кризисными семьями – это всегда очень сложная сфера личной включенности;

• массовые волонтеры – не подходят;

• подавляющее большинство волонтеров не готово к работе с «проблемными» детьми и семьями;

• семьи закрыты, часто они скрывают домашнее насилие и т.д.

• позитивные изменения в жизни ребенка благодаря волонтерам могут стать бременем для родителей.

• волонтеров надо готовить и включать в профессиональные программы, но для этого не хватает технологий и средств.

Особенности благотворительной деятельности

Благотворительность, прежде всего, направлена на "***общее благо"***, она уравнивает своих и чужих до масштабов некоей социальной общности

Благотворительность – ***добровольное дело***, никто не может принуждать к ней или ждать чьего–либо благодеяния

Благотворительность ***безвозмездна***, от организации благотворительной деятельности нельзя ждать какого–либо прямого дохода

Благотворительность адресована всему обществу, ее ***цель – преодоление неравенства***, рост через это человеческих возможностей

Благотворительность – ***непрофильная деятельность бизнеса***, который участвует в перераспределении своих доходов для решения социальных проблем

Благотворительность – это ***выражение нравственной*** и экономической ***зрелости общества***

Благотворительность – это ***частная форма перераспределения ресурсов***, это технологии, которые не могут подвергаться административному давлению

