



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий кафедрой физической культуры,  
спорта и здорового образа жизни

Э.А. Аленуров

02 февраля 2024 г.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**Подвижные игры**

**Направление подготовки**  
*«Физическая культура»*

**Направленность**  
*«Физкультурное образование»*

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ –**  
***ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА***

**Форма обучения**  
*Очная, заочная*

Москва, 2024 г.

Методические материалы по дисциплине (модулю) «Подвижные игры» разработаны на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01 *Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 940, с изменениями от 08.02.2021 № 1456, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программе *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (далее – «ОПОП»).

Методические материалы по дисциплине (модулю) разработаны рабочей группой в составе: кандидата педагогических наук, доцента Петровой М.А.

Методические материалы по дисциплине (модулю) обсуждены и утверждены на заседании кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни

Протокол № 08 от «31» января 2024 г.

Заведующий кафедрой  
*Кандидат социологических  
наук, доцент*



Э.А. Аленуров

\_\_\_\_\_  
(подпись)

## СОДЕРЖАНИЕ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ .....	4
1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю).....	4
1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю) .....	5
1.3. Учебно-наглядные пособия по разделам (темам) дисциплины (модуля).....	9
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ .....	26
Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лекционных занятий по дисциплине (модулю) .....	32
КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....	32
Приложение № 2 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты практических занятий по дисциплине (модулю) .....	52
КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ).....	52
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ .....	55

# 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.
- 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.

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
<b>РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ.</b>	
<b>Тема 1.1. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей</b>	сформировать у студентов знания о значении подвижных игр в физическом воспитании детей
<b>РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ И МЕТОДИКЕ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР.</b>	
<b>Тема 2.1. Педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр</b>	рассмотреть основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр
<b>РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ</b>	
<b>Тема 3.1. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры</b>	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр.
<b>РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</b>	
<b>Тема 4.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего школьного возраста.</b>	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в начальной школе.
<b>Тема 4.2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми среднего школьного возраста.</b>	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в средних классах.
<b>РАЗДЕЛ 5. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста.</b>	
<b>Тема 5.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста.</b>	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в старших классах.
<b>РАЗДЕЛ 6. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ.</b>	
<b>Тема 6.1. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры и во внеклассной работе.</b>	ознакомить студентов с подвижными играми в учебной работе по физическому воспитанию в школе, в режиме учебного дня.
<b>Тема 6.2. Программы по физической культуре общеобразовательной школы по подвижным играм</b>	познакомить с программным материалом подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной работе.
<b>Тема 6.3. «Типы уроков с применением подвижных игр».</b>	познакомить с типами уроков подвижных игр на уроках физической культуры и во внеурочной работе.

#### *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:

- 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 степенью 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 элементы условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредством применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.
- 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 ставится 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.

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

#### **РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ.**

**Тема 1.1. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей.**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Теории происхождения и развития игры.
2. Игра и труд, их связь и различия.
3. Взгляды отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых на игру.

#### **РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ И МЕТОДИКЕ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР.**

**Тема 2.1. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр.**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных.
2. Естественнонаучные основы игровой деятельности
3. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика в связи с возрастными особенностями играющих.
4. Педагогическая характеристика игр детей на различных ступенях обучения и воспитания. Игры младшего, среднего и старшего школьного возраста.
5. Анализ игрового материала школьных программ по физическому воспитанию.
6. Место подвижных игр в решении задач физического воспитания.

#### **РАЗДЕЛ 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ**

**Тема 3.1. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Составление карточек по подвижным играм на переменах.
2. Какие особенности проведения подвижных игр на переменах?
3. Какие особенности проведения подвижных игр в группах продленного дня?

#### **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

**Тема 4.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего школьного возраста**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми младшего школьного возраста.
2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (1–4).

**Тема 4.2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми среднего школьного возраста.**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми среднего школьного возраста.
2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (5–8).
3. Какие особенности проведения подвижных игр с занимающимися различного возраста и подготовленности?
4. Какие игры лучше использовать с детьми среднего школьного возраста и почему?
5. Какие особенности проведения подвижных игр нужно учитывать в работе со школьниками 5–8 классов?
6. Как осуществляется выбор помощников и водящих в 5–8 классах?
7. Как подводят итоги подвижной игры с учетом возраста школьников?

## **РАЗДЕЛ 5. СОДЕРЖАНИЕ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Тема 5.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Особенности выбора игры, подготовки к её проведению объяснения и руководства игрой, подведения итогов с детьми старшего школьного возраста.
2. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (10–11).

## **РАЗДЕЛ 6. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ**

**Тема 6.1. Планирование подвижных игр в учебной работе по физическому воспитанию в школе.**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Календарно-тематическое планирование подвижных игр по классам школьной программы (содержание, пункты).
2. Содержание учебного материала по подвижным играм по классам школьной программы.
3. Подвижные игры, применяемые на уроках физической культуры по классам.
4. Подвижные игры, применяемые во внеклассной работе по физическому воспитанию по классам.
5. Требования к уровню подготовки обучающихся по классам в школе.

**Тема 6.2. Программы по физической культуре общеобразовательной школы по подвижным играм**

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Содержание программного материала по спортивным играм по классам.
2. Содержание программного материала по гимнастике по классам.
3. Содержание программного материала по лыжному спорту по классам.
4. Содержание программного материала по легкой атлетике по классам.
5. Содержание программного материала по лыжному спорту по классам.

6. Содержание программного материала во внеурочной деятельности по классам.

### Тема 6.3. «Типы уроков с применением подвижных игр».

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Смешанные типы уроков по подвижным играм в школе.
2. Игровые виды уроков по подвижным играм в школе.
3. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 2 классе.
4. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 3 классе.
5. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 6 классе.
6. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 8 классе.
7. Педагогические задачи, решаемые по типам уроков во 10 классе.

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



**Подвижная игра** – сложная эмоциональная деятельность детей, направленная на решение двигательных задач, основанных на движении и наличии правил

**Подвижная игра** - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

- Ученые утверждают, что истоки подвижных игр заложены в первобытнообщинном строе, однако сведений мало о происхождении игр. Лишь в 30-е годы XX столетия появились специальные исследования Маргарет Мид, посвященные детям племени Новой Гвинеи, в которых имеются материалы об образе жизни детей и их играх. Е. А. Покровский утверждал, что игры во все времена были у всех народов. Многие из игр представляли образ жизни народа. Множество игр разных народов имели большое сходство, например игры с мячом, в кости и т. д.

Справедливо также мнение Н. С. Воловик о том, что древних игр имели не развлекательное, а практическое значение. Действиями игры и словами песни люди пытались обеспечить себе будущий успех в предстоящих работах. Древняя игра есть магический ритуал, в котором желаемое изображается как действительное, настоящее воплощается в будущее. Поскольку человек зависел от природы, и основным предметом изображения в игровых песнях стал животный и растительный мир.



Основатель российской системы физического воспитания П.Ф.Лесгафт отводил подвижной игре большое место. Определяя игру как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни, П. Ф. Лесгафт отмечал, что в игровой самостоятельной двигательной деятельности развивается инициатива, воспитываются нравственные качества ребенка.

П.Ф.Лесгафт указывал на наличие в подвижной игре определенной цели. Форма игры должна отвечать цели. Действия в игре должны соответствовать умениям ребенка управлять собой и вызывать «возвышающее чувство удовлетворения». Движения, используемые в игре, предварительно усваиваются ребенком в систематических упражнениях.

### **Развитие подвижных игр в России.**

П.Ф.Лесгафт рекомендовал постепенно усложнять содержание и правила игры. Для этого создаются новые упражнения, условия, действия, т.е. вводятся варианты игр. Использование разнообразных игровых вариантов позволяли повторять знакомые ребенку действия с более повышенными требованиями и способствовали сохранению у него интереса к игре. Игра осуществляется путем самоуправления. Распределение ролей и действий Лесгафт предоставляет играющим. При этом он уделяет значительное внимание соблюдению правил игры. П.Ф.Лесгафт рассматривал подвижные игры как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развития у него честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой, «сдерживать свои расходившиеся чувствования и приучить таким образом подчинять свои действия сознанию».

По утверждению П.Ф. Лесгафта, систематическое проведение подвижных игр развивает у ребенка умение управлять своими движениями, дисциплинирует его тело. Благодаря игре ребенок учится действовать ловко, целесообразно, быстро; выполнять правила, ценить товарищество.

## **«Основные педагогические требования к организации проведения подвижных игр».**

### **Основные задачи руководителя игры**

При организации и проведении подвижных игр необходимо учитывать идейность, научность и плановость использования игр, направленность на достижение воспитательных, образовательных и оздоровительных результатов. Руководящая роль при проведении игр должна принадлежать педагогам, воспитателям.

Задача педагога - умело подать игру.

Руководитель должен быть организатором игры и воспитателем в процессе ее проведения, он обязан стремиться:

- укреплять здоровье занимающихся;
- содействовать формированию жизненно важных навыков и умений;
- воспитывать у детей морально-волевые и физические качества;
- прививать учащимся организаторские навыки.

Процесс обучения игре должен иметь воспитывающий характер. Руководитель должен хорошо знать коллектив играющих, правила игры и иметь педагогическое мастерство в руководстве

---

игрой, должен предотвратить недостаточную организованность, чрезмерную возбудимость, споры, нечеткое соблюдение правил.

В методике обучения подвижным играм и их проведении необходимо руководствоваться данными педагогики, в частности, принципами дидактики. Ведущим в обучении является принцип сознательности и активности.

---

### **Подготовка к проведению игры**

Выбор подвижной игры зависит:

- от педагогических задач, которые ставятся перед уроком;
- от контингента занимающихся: учитывая возрастные особенности детей, их развитие, физическую подготовленность, количество детей;

- при выборе игры надо учитывать форму занятий (урок, перемена, праздник). На уроке и перемене время ограничено; задачи и содержание игр на перемене иные, чем на уроке; на празднике проводятся массовые игры и аттракционы, в которых могут принимать участие дети разного возраста и подготовленности.

Выбор игры непосредственно зависит от места ее проведения (зал, открытая площадка, зимние игры). При проведении игр на воздухе необходимо учитывать состояние погоды.

Выбор игры зависит также от наличия пособий и инвентаря. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря и неудачной его замены игра может расстроиться. Для того чтобы игра прошла без задержки, необходимо заранее подготовить нужный инвентарь: флажки, скакалки и т. д. Желательно, чтобы инвентарь был красочным (флажки, палки, цветные повязки, мячи, кегли, обручи, скакалки и др.), ярким, заметным в игре (это особенно важно для младших школьников). Инвентарь раздается участникам или расставляется только после объяснения игры.

Перед игрой необходимо сделать разметку, если она нужна для проведения игры. Линии границ должны быть ярко очерчены и намечаются не ближе 3 м от стен и снарядов.

Руководитель обязан не только подготовить обстановку, но и предварительно продумать моменты в игре, которые вызовут у детей то или иное настроение. Зная очень шумных и энергичных детей, заранее наметить им роли, чтобы они не мешали проведению игры.

### **Организация играющих**

Разместить играющих на площадке и правильно выбрать место для объяснения игры - первое важное условие. Прежде чем объяснить игру, необходимо так расставить участников, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ. Лучше всего построить играющих в исходное положение, из которого они начнут игру.

Если игра начинается с движения врассыпную (типа «Салок»), то можно построить играющих в шеренгу. Размещать играющих надо быстро, четко, без излишнего использования строевых команд.

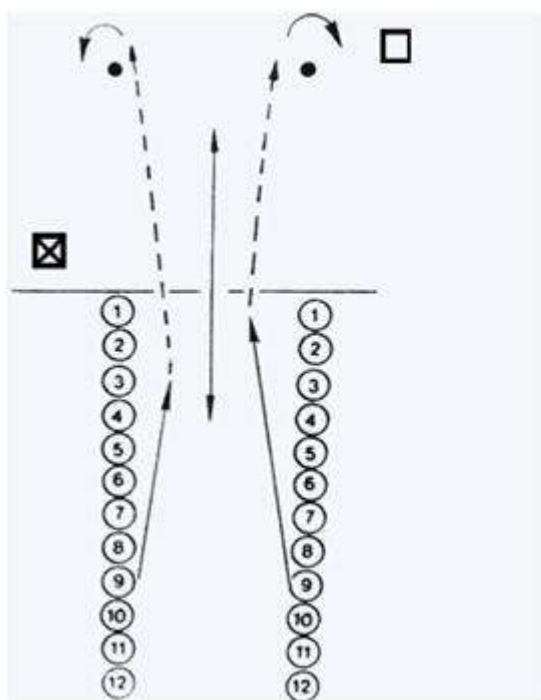
При объяснении игры нельзя ставить детей лицом к солнцу или к окнам.

---



Если для начала игры участники становятся в круг, руководитель для объяснения игры находится между игроками, стоящими по кругу.

В массовых играх при большом количестве играющих он делает 1–2 шага к середине круга. Нельзя становиться в центр круга ни при малом, ни при большом количестве играющих, так как тогда половина играющих окажется за спиной руководителя, и они могут быть невнимательны к его рассказу. Если играющие разделены на две команды и построены одна против другой на большом расстоянии («Пятнашки маршем», «Два лагеря», «Вызов номеров»), то для объяснения надо сблизить команды, а затем отвести их на границы «домов».



Игра «Вызов номеров».

### **Объяснение игры**

Объяснение игры проводится не в строю, а когда участники стоят в исходном положении. Рассказ должен быть *кратким* (в младших классах в сказочной, увлекательной форме), *логичным, последовательным*. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения:

- название игры (можно сказать с какой целью игра проводится);
- роль играющих и их расположение на площадке;
- ход игры;
- цель игры (определение победителя);
- правила игры.

Следует помнить, что объяснение игры надо сопровождать показом. Это помогает лучше понять игру и после объяснения у участников не возникает лишних вопросов. Заканчивается объяс-

нение игры ответами на вопросы, на которые надо отвечать громко, обращаясь при этом ко всем играющим.

### **РАЗДЕЛ 3. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры**

## Место подвижных игр в программе образовательной ШКОЛЫ.

В соответствии со школьными программами по физической культуре подвижные игры проводятся на уроках в 1–11 классах в сочетании с гимнастикой, легкой атлетикой, спортивными играми, лыжами. Наибольший объем игрового материала приходится на младшие классы.

При применении подвижных игр на уроках физической культуры ведущими являются *образовательные задачи*:

совершенствование и закрепление навыков в беге, прыжках, метаниях, а также навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, спортивными играми, борьбой и лыжами.

Например, в игре «Волк во рву» решается образовательная задача - совершенствование навыка прыжка с разбега, в игре «Борьба за мяч» - совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди.

К *воспитательным задачам* относится воспитание физических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости), а также морально-волевых качеств (смелости, решительности, честности, коллективизма).

К *оздоровительным задачам* относятся содействие нормальному развитию организма учащихся и укрепление их здоровья.

Перечисленные задачи тесно взаимосвязаны (привести примеры «Два Мороза»).

### **Подвижные игры можно включать во все части урока.**

Их содержание зависит от задач урока и состава занимающихся.

В *подготовительную* часть урока рекомендуется включать малоподвижные и несложные игры, способствующие организации внимания учащихся («Класс, смирно!», «Запрещенное движение», «Великаны и карлики»), а также игры средней интенсивности с упражнениями общеразвивающего характера («Космонавты», «К своим флажкам»); игры для закрепления строевых и порядковых упражнений («Быстро по местам»); эстафеты, направленные на развитие физических качеств. Время проведения игр 5-8 минут.

В *основной* части урока используются игры с бегом на скорость, с увертыванием, с преодолением препятствий, с разными прыжками, борьбой, с метанием мяча в подвижную цель («Борьба в квадратах», «Охотники и утки»); игры подготовительные к видам спорта («Вызов номеров» - к легкой атлетике, на совершенствование техники низкого и высокого старта, «Передал, садись!» - к баскетболу). В эстафетах совершенствуются передачи, ведение мяча и другие технические элементы. По времени проводятся от 8 до 10 минут.

---

В *заключительной* части урока проводятся игры малой и средней подвижности, которые способствуют активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части урока («Кто подходил?», «Совушка», «Маскировка в колоннах», «Минутка»). По времени - до 3-х минут.

Подвижные игры на уроках физической культуры планируются на весь учебный год с учетом сезона и задач, поставленных в каждой учебной четверти. Распределение игрового материала зависит от времени года. Осенью и весной, когда уроки проходят на открытой площадке, имеется больше возможностей для проведения игр с метаниями и перебежками типа «Лапты», преодолением полосы препятствий. Во второй четверти игры проводятся в помещении, а в третьей - и в помещении, и на школьных площадках.

Новые игры на уроках разучиваются в основном во второй и третьей четвертях.

Методика проведения подвижных игр на уроках физической культуры подчиняется общим требованиям, но имеет и свою специфику, которая связана с необходимостью сохранить определенную плотность урока.

Подвижные игры обычно проводятся фронтальным или групповым методом. В первом случае все играют в одну игру, во втором - одновременно две разные игры.

#### **РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР, С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

Для детей младшего школьного возраста неприемлемы игры как с чрезмерно сложным двигательным содержанием, так с повышенным эмоциональным фоном. В этом случае уместны игры сюжетного характера, с имитацией уже известных движений человека, животных, птиц. Дети хорошо воспринимают игровые действия, связанные с метанием и ловлей, ловкими движениями с их доступной координацией.

Для детей 9 лет характерны заметная прибавка в силе мышц, и у мальчиков, и у девочек, быстрота двигательных действий, координированность и заметное улучшение выносливости.

---



- При проведении подвижных игр среди учащихся младших классов надо **учитывать анатомо-физиологические особенности детей этого возраста**, относительную подверженность их организма различным влияниям окружающей среды и быструю утомляемость.
  - Для развития выносливости и координации движения в занятиях по внеурочной деятельности используются такие игры, как «Волк и козлята», «Рыбаки и рыбки», «Караси и щука», «Охотники и утки». Эти игры преимущественно с бегом. Для восстановления организма включают такие игры: «Класс, смирно!», «Запрещенное движение», «Цапля и лягушка» и др
-

В среднем школьном возрасте проявляется активная адаптация организма ребенка к упражнениям силового, скоростно-силового характера, связанным с проявлением выносливости. Характерно, что это происходит на фоне некоторого запаздывания функционального развития сердечно-сосудистой системы, явно выраженного полового созревания и высокой подвижности нервных процессов. Отмеченные психофизиологические изменения накладывают дополнительную ответственность на педагога за подбор подвижных игр. Несмотря на то, что в этом возрасте на игровую деятельность детей еще оказывает остаточное влияние специфика игр для детей младшего школьного возраста, подростков уже более активно интересуют игры с содержанием усложненного, смыслового, но менее сюжетного характера, с возможностью проявления творчества, собственного «Я» и себя в коллективных действиях.

---

Подростковый возраст характерен стремлением детей к соревновательной деятельности, чем, как правило, и отличаются подвижные игры, применяемые в этом возрастном периоде. У подростков популярны различные эстафеты с ярко выраженным соревновательным содержанием, включающим элементы игровых единоборств, с силовым сопротивлением сопернику, с преодолением различного рода препятствий, с проявлением взаимопомощи.

---

# Чиж

▣ **Количество играющих:**

2 человека.

**Инвентарь:** чиж (это такая короткая палочка с заостренными концами).

Две палки.

- ▣ На земле чертят кон (круг диаметром в 1 м). В центр его кладут чиж и определяют поле, куда следует направлять его полет. Один из играющих (метальщик) ударяет палкой по заостренному концу чижа, стараясь выбить его в поле (можно сначала подбросить его вверх, а потом вторым или даже третьим ударом выбить подальше). В случае промаха, а также если чиж ляжет слишком близко от кона (на расстоянии меньше, чем длина палки), метальщик может повторить удар, но после третьего промаха меняется с водящим ролями. Второй игрок старается поймать чиж на лету или задержать его палкой и с того места, куда упадет чиж, ударом палки забросить его обратно в кон. Метальщик препятствует этому, стараясь отбить чижа и снова направить его в поле. Если чиж попадет в круг или водящий поймает его на лету, игроки меняются ролями.

Продолжительность подвижных игр в этом возрасте заметно возрастает по сравнению с играми для младших школьников. Нагрузка с комплексным проявлением двигательных качеств тоже, увеличивается интенсивность игровых двигательных действий. Подростки с особым предпочтением относятся к играм, в содержание которых включены задания, связанные с индивидуальными тактическими решениями.

При подборе игр для этого возраста целесообразно учитывать особенности мальчиков и девочек. Девочки этого возрастного периода несколько отстают от мальчиков в развитости силы, быстроты, выносливости. Поэтому при создании соперничающих команд следует предусматривать одинаковое количество играющих мальчиков и девочек в каждой из команд для уравнивания шанса на победу. Этому же может служить равномерное распределение по командам явно более подготовленных детей по усмотрению педагога.



Возраст подростков 13—15 лет характерен сравнительно высоким уровнем их физического развития и двигательной подготовленности. В этом мальчики уже заметно опережают девочек, но опорно-двигательный аппарат детей этой возрастной группы еще находится в стадии активного формирования. У мальчиков отмечается более активный рост мышечной массы, чем у девочек, что обусловлено завершением к этому времени их полового созревания.

Характерными особенностями этой возрастной группы являются повышение ответственности за собственные действия, активизация аналитического мышления, критическое и одновременно сочувственное отношение к действиям товарищей, допустившим ошибки в ходе игры. Старшие подростки становятся более выдержанными, отличаются развивающейся способностью относиться к своим и командным неудачам более уравновешенно.

---

Подростки этого возраста уже имеют в той или иной мере сформированные умения в подвижных играх. С учетом их возросших физических качеств более привлекательными становятся подвижные игры спортивной направленности и определенные спортивные игры.

---

Для детей подросткового возраста характерны игры, приближенные к определенной спортивной игре наличием специфических игровых действий и приемов. Такие предспортивные и полуспортивные игры проводятся по упрощенным правилам соответствующей «спортивной игры», а также с количеством игроков в команде, исходя из конкретной ситуации. В этом возрасте активизируется чувство ответственности ребенка, как за свои действия, так и коллективные. Поэтому дети с большой ответственностью относятся к соблюдению правил игры, активно реагируют на нарушения соперника, что накладывает дополнительную ответственность на педагога и за его личное участие в судействе, и на подготовленность судей из числа ребят.

---

#### **РАЗДЕЛ 5. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми старшего школьного возраста.**

Для юношей целесообразно подбирать подвижные игры, в содержании которых гармонично чередуются упражнения с проявлением быстроты, силы, относительно сложной координацией двигательных действий, с сопротивлением различного рода отягощениями, но умеренного воздействия. При подборе подвижных игр командного, соревновательного характера с участием юношей и девушек весьма желательно варьировать нагрузку в ходе игры по принципу волнообразности ее характера с тем, чтобы по возможности нивелировать разницу физической подготовленности участников разного пола. Планирование и управление нагрузками в этом возрасте играющих, несмотря на их относительно сформировавшуюся способность к ее восприятию, является одной из важнейших задач педагога. Неадекватность физической нагрузки «одной для всех», что характерно для игр, может привести к существенным нарушениям в работе систем и функций организма.

## **Контроль во время игр**

Контроль осуществляется наблюдением за детьми в течение дня и непосредственно во время игры. Принимаются во внимание поведение, настроение детей, их жалобы, частота пульса, дыхания. Критерием усталости ребенка во время игры может, например, служить значительное покраснение или побледнение кожных покровов, губ, выраженная потливость, большое возбуждение во время игры, в других случаях — ослабление внимания, потеря освоенного навыка и др. Эти явления нежелательны и указывают на то, что для ребенка проводимая игра — чрезмерная нагрузка. Нужно тут же принять соответствующие меры, например, дать ребенку роль, не требующую большого напряжения — помощника руководителя, «судьи» или временно (конечно, тактично) исключить его из игры.

В этом возрасте значительно повышается интерес юношей и девушек к спортивным играм, которые привлекают занимающихся не только повышенными требованиями к телесно-двигательным действиям, но и возможностью проявления творчества, острого мышления, тактики индивидуальных и командных действий, стратегией победы в игре. Но следует помнить, что подвижные игры и в этом возрасте не теряют своего значения и успешно применяются как средство активной специфической разминки перед спортивной игрой любительского характера. Популярно такое применение подвижных игр и в спорте высших достижений в профессиональном спорте.

## **РАЗДЕЛ 6 ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ШКОЛЬНОМ УРОКЕ ФИЗКУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ.**

### **Применение подвижных игр во внеурочных формах работы школы**

Комплексной школьной программой физкультурно-оздоровительных мероприятий, которые осуществляются в режиме учебного дня школы, предусмотрено ежедневное проведение гимнастики до учебных занятий, физкультурных минут во время уроков, физических упражнений и подвижных игр на удлиненных переменах.

#### **3.1. Игры на больших переменах, на школьных праздниках и в спортивных секциях**

Подвижные игры, проводимые на переменах, вызывают у детей положительные эмоции, стимулируют их двигательную активность. У играющих возбуждаются те нервные центры, которые при занятиях в классе были заторможены. Такое переключение работы нервных центров позволяет учащимся лучше отдохнуть и легче воспринимать учебный материал на следующем уроке.

Игры на переменах имеют свои особенности:

1. Не должны носить остроконфликтный характер, вызывать большой игровой азарт.

2. В них должна быть простота сюжета, возможность любому учащемуся войти и выйти из игры.

3. Эти игры должны быть непродолжительными по времени: «Отгадай, чей голосок», «Пустое место», «Прыгающие воробышки», «Запрещенное движение», «Часовые и разведчики», «Второй и третий лишний», «Удочка» и др.

### **Игры на школьных праздниках**

На школьных праздниках подвижные игры организуют детей, создают у них бодрое, веселое настроение.

---

#### **Подвижная игра "Сыщики"**

**Описание:** все участники располагаются лицом к стене. Учитель или водящий прячет в любом месте какой-либо небольшой предмет (например, ключ). По сигналу участники начинают искать спрятанный предмет. Кто найдёт первым - тот становится "лучшим сыщиком".

**Примечания:** "лучший сыщик" может быть далее водящим.

---





## УДОЧКА.

Подвижная игра "Удочка".

Описание: Из общего числа играющих выбирается водящий. Остальные игроки встают в круг диаметром 3-4 м.

Водящий становится в центр круга. У него в руках веревочка длиной 2 м с привязанным к концу мешочком с песком. Водящий вращает веревочку так, чтобы мешочек с песком летел над уровнем пола на высоте 5-10 см. Каждый из играющих должен подпрыгнуть и пропустить летящий мешочек. Тот, кого водящий задел летящим мешочком, получает штрафное очко. Подсчитывается общее число штрафных очков после того, как мешочек совершит 8-10 полных кругов. Побеждает тот, кого веревочка ни разу не задела по ногам.

После смены водящего игра начинается сначала.

## 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 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 насколько осознанно 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 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.

### ***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.

***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. Подвижные игры.**

**2. Раздел 2. Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр**

**3. Цели занятия:** *рассмотреть основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр*

**4. Структура лекционного занятия.**

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Постановка педагогических задач, решаемых в ходе проведения подвижных игр. Основные разделы плана-конспекта. Критерии выбора игры, концепт игры, подготовка места, инвентаря, разметка площадки. Организация играющих, размещение играющих и место руководителя игры во время объяснения. Выбор капитанов и помощников. Способы выбора водящего, разделения на команды. Построение играющих в исходное положение для игры. Требования к рассказу игры, роль показа во время объяснения. 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 разного возраста. Требования к окончанию игры. Определение результатов игры. Оценка выполнения игровых действий всего коллектива и отдельных играющих.	лекция, диалог, рассказ.

**5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.**

Введение.

**Основные педагогические требования к организации и методике проведения подвижных игр**

**1. Тема лекционного занятия.**

**Постановка педагогических задач, решаемых в ходе проведения подвижных игр.**

При организации и проведении подвижных игр необходимо учитывать идейность, научность и плановость использования игр, направленность на достижение воспитательных, образовательных, и оздоровительных задач. Задача педагога-умело подать игру. Педагог должен быть организатором игры в процессе ее проведения, он обязан стремиться: - укреплять здоровье занимающихся, содействовать формированию жизненно важных навыков и умений; воспитывать у детей морально-волевые и физические качества; прививать учащимся организаторские навыки.

Процесс обучения игре должен носить воспитывающий характер. Педагог должен хорошо знать коллектив играющих, правила игры и иметь педагогическое мастерство в руководстве игрой, должен предотвратить недостаточную организованность, чрезмерную возбудимость, споры, нечеткое соблюдение правил. Ведущим в обучении является принцип сознательности и активности.

### **Основные разделы плана-конспекта.**

Карточки-задания или составление плана-конспекта по подвижным играм -это источник информации о двигательной деятельности в соревновательно-игровой обстановке. Для удобства пользования и нахождения все соревновательно-игровые задания имеют порядковый номер. В каждом задании указаны конкретные задачи, способствующие как развитию и воспитанию целого ряда психофизических качеств, так и формированию и совершенствованию отдельных технических элементов (умений и навыков) в условиях, приближенных к реальной соревновательно-игровой обстановке. Эти задачи на первых этапах могут быть сокращены до минимума или при успешном освоении дополнены и усложнены (как по количеству, содержанию, трудности выполнения, так и по сочетанию, комбинированию различных вариантов двигательной деятельности). Например, для задания *«Эстафета с обручем» (гимнастика)* задачи можно сформулировать так: формирование ритма вращения обруча; развитие быстроты, ловкости и точности движений при коллективных взаимодействиях. В карточках указывается необходимый инвентарь (гимнастический обруч) и место проведения занятий: спортивный зал, площадка, приспособленное помещение, рекреация. Все соревновательно-игровые задания построены по одной принципиальной системе: состоят из четырех разделов передачи нужной информации.

**Первый раздел:** схема построения.

На ней обозначается место преподавателя (наиболее удобное для обозрения и руководства). С помощью условных обозначений (символов) указывается расположение игроков одной и другой команд, направление движения и последовательность действий. Обычно дается один из возможных вариантов схематического расположения учащихся. Язык символов наиболее прост и доступен для восприятия двигательного действия. При его использовании возрастает эффективность обучения.

**Второй раздел:**

## **содержание двигательных действий.**

Он начинается с описания действия: например, в эстафете с обручами, описание игры можно сформулировать следующим образом: Класс или группа делится на 2 равные команды. Команды становятся лицом друг напротив друга в шеренгах на расстоянии 6-10 м. Игроки команд рассчитываются по порядку номеров. Первые номера в командах в шеренгах с обручами.

«По сигналу преподавателя первые номера каждой из команд быстро прокручивают обруч через себя и передают его стоящему рядом партнеру, который проделывает то же самое. И так до тех пор, пока каждый участник не выполнит задание». Этот раздел может быть дополнен **вариантами игр**. Например: 1) то же, но движение продолжается с возвратом обруча первому игроку своей команды;

2) то же, но с перемещением первого участника команды вперед шеренги до тех пор, пока он не окажется на первоначальном месте;

3) то же, но передаются сразу несколько обручей, которые лежат у первого участника в ногах.

Количество вариантов может быть гораздо больше, чем предложено в игровых заданиях. Все зависит от изобретательности преподавателя, его умения определить, каким образом можно дальше совершенствовать навыки учащихся.

**Третий раздел** правила выполнения двигательных действий. Они сводятся к ясным и четким действиям, не допускающим разночтения и свободного их толкования, за исключением тех случаев, когда разумная и творческая инициатива поощряется, а способ выполнения целиком зависит от самого учащегося. Если в игре или соревновании ведется подсчет очков, то должны быть ясные критерии: «за что и сколько начисляется очки, баллы; из каких слагаемых состоит конечный результат, определяющий победителя; за какие действия наказывается участник или команда. В эстафете с обручем действуют следующие правила: • игру следует начинать по сигналу преподавателя; • игрок, стоящий последним в шеренге или первым заканчивающий задание, должен поднять обруч, сигнализируя об окончании эстафеты. Побеждает команда, быстрее передавшая обруч.

**Четвертый раздел** **организационно-методические указания (ОМУ)**. Он освещает методическую сторону двигательных действий, которые помогут лучше организовать и провести игру или соревн

ование (учет времени, учет подбора игр по возрасту играющих, использование вариантов подвижных игр и эстафет, варианты построение команд, группы). Суть соревновательно-игрового задания помимо эстафет, подвижных игр могут составлять общеразвивающие и специальные упражнения, а также простые и сложные технические элементы из различных разделов учебной программы физической культуры в школе, ДЮСШ И СДОСШОР. Их объединяет общий признак соревновательно-игровое выполнение двигательного действия.

Все задания систематизированы по видам спорта, традиционным для учебных программ по физическому воспитанию. Это поможет преподавателю, тренеру совершенствовать любой учебный материал (в первую очередь неигровой) соревновательно-игровым методом.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Педагогическое значение подвижных игр.
2. Что необходимо знать педагогу чтобы умело, эффективно и организованно провести подвижные игры с детьми?
3. Охарактеризуйте принцип сознательности и активности. Почему, на ваш взгляд, он является ведущим в организации проведения подвижных игр с детьми?
4. Что такое план-конспект или учебно-игровые карточки подвижных игр, эстафет?
5. Назовите и опишите разделы, которые входят в план-конспект игровых карточек?

### **Критерии выбора игры, подготовка места, инвентаря, разметка площадки.**

**Выбор игры зависит от:** педагогических задач, которые ставятся перед уроком, от контингента занимающихся: учитывая возрастные особенности детей, их развитие, физическую подготовленность, количество детей;

При выборе игры надо учитывать форму занятий (урок, перемена, праздник). На уроке и перемене время ограничено; задачи и содержание игр на перемене другие, чем на уроке; на праздниках проводятся массовые игры и аттракционы, в которых могут принимать участие дети разного возраста и подготовленности.

Выбор игры зависит от места ее проведения (зал, открытая площадка, зимние игры). При проведении игр на улице необходимо учитывать состояние погоды. Выбор игры зависит от инвентаря и неудачной его замены игра может не состояться. Поэтому, необходимо заранее подготовить нужный инвентарь:



флажки, обручи, скакалки, палки, цветные повязки, мячи и т.д. Инвентарь должен быть красочным, ярким и заметным в игре (особенно важно для младших школьников). Он раздается участникам или расставляется только после объяснения игры. Перед игрой необходимо сделать разметку, если она нужна для проведения игры. Линии границ должны быть ярко очерчены и быть намечены не ближе 3 м. от стен и снарядов. Для проведения игр на *улице* необходимо подобрать зеленую площадку, снять дерн. Площадку лучше всего наметить прямоугольной формы, шириной не менее 8 м и длиной не менее 12 м. Если намеченная игра требует дополнительных линий, их надо прочертить, если площадка земляная, или отметить линии с боков флажками, ветками или другими предметами. Зимой площадку следует очистить от снега, утрамбовать и окружить снежным валом. Для некоторых игр дети любят играть самостоятельно, можно подготовить постоянные места. Перед проведением игр на местности педагогу необходимо ознакомиться с местностью, на которой будет проведена игра, и заранее наметить условленные границы для игры.

При проведении игр в помещении надо предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Спортивные снаряды (брусья, перекладину, конь, козел) необходимо убрать в подсобное помещение. Если снаряды нельзя убрать из зала, то надо поставить их у короткой стены, оградить скамейками, сетками или другими предметами. Оконные стекла и лампы закрыть сетками. Перед проведением игр помещение надо проветрить, протереть пол влажной тряпкой.

Педагогу необходимо не только подготовить обстановку, но и предварительно продумать моменты в игре, которое вызовут то или иное настроение у играющих. Зная, шумных и энергичных детей, следует заранее наметить им роли, чтобы они не мешали проведению игры.

### **Организация играющих, размещение играющих и место руководителя игры во время объяснения.**

В организации проведения подвижной игры является размещение играющих и выбор места руководителя при объяснении игры. Прежде чем объяснять игру, необходимо так расставить участников, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ. Лучше всего построить играющих в исходное положение, из которого они начинают игру. Если для начала игры участники становятся в круг, руководитель для объяснения игры находится между игроками, стоящими по кругу.



В массовых играх при большом количестве играющих он делает 1–2 шага к середине круга. Нельзя становиться в центр круга ни при малом, ни при большом количестве играющих, так как тогда половина играющих окажется за спиной руководителя, и они могут быть невнимательны к его рассказу. Если играющие разделены на две команды и построены одна против другой на большом расстоянии («Пятнашки маршем», «Два лагеря», «Вызов»), то для объяснения надо сблизить команды, а затем отвести их на границы «домов».

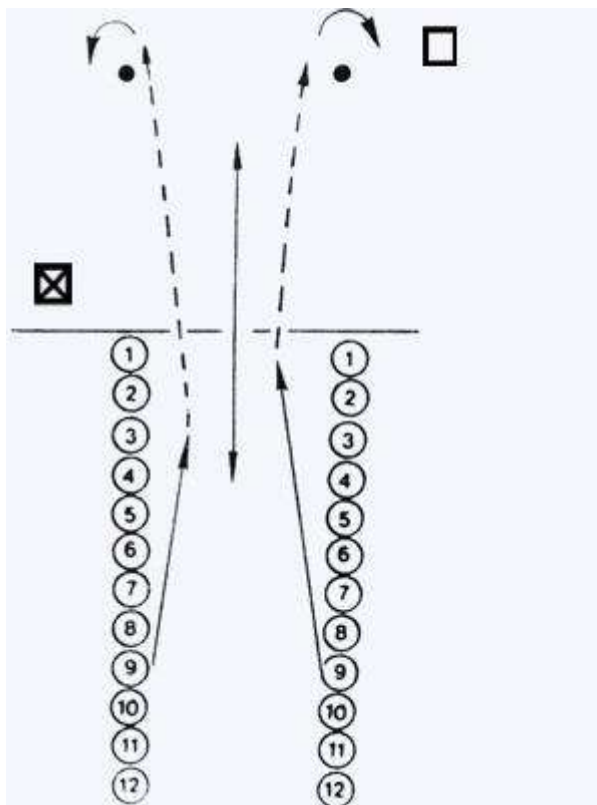


Рис. 1.2. Игра «Вызов номеров».

В этом случае руководитель, объясняя игру, становится между играющими в середину площадки у боковой границы и обращается то к одной, то к другой команде. Если игра начинается с движения враспынную (типа «Салок»), то можно построить играющих в шеренгу, когда их немного, или сгруппировать их вокруг себя, но так, чтобы все хорошо видели и слышали руководителя. При объяснении игры нельзя ставить детей лицом к солнцу (они будут плохо видеть руководителя) или к окнам (они могут смотреть в окно и отвлекаться от объяснения игры). Руководитель должен стоять на видном месте боком или, в крайнем случае, лицом к свету, но так, чтобы видеть всех участников и контролировать их поведение.

### **Выбор капитанов и помощников.**

Капитанов выбирают сами играющие или их назначает руководитель. Когда играющие сами избирают капитанов, они приучаются оценивать друг друга по достоинству и, выражая доверие своему товарищу, побуждают его к большей ответственности. Если играющие недостаточно организованны или плохо знают друг друга, руководитель сам назначает капитанов. Иногда он назначает капитанов в воспитательных целях: пассивных игроков или легко возбудимых, несдержанных, способствуя тем самым воспитанию необходимых черт характера (умению владеть своими эмоциями, быть справедливо требовательным, умению сдерживать свои эгоистичные порывы). Капитанов выбирают и назначают обычно тогда, когда составлены команды. Помощники руководителя игры – ученики, выбранные руководителем для наблюдения за соблюдением правил, учета результатов игры, а также раздачи инвентаря. Помощники – это будущие организаторы игры, поэтому желательно, чтобы в их роли побывали все учащиеся в течение учебного года или лагерного периода.

Количество помощников зависит от сложности правил и от организации игры, количества играющих и размеров площадки, помещения. О назначении помощников руководитель объявляет всем играющим.

В зависимости от сложности игры и от задач, решаемых в процессе занятий, помощников выбирают до построения играющих или после объявления игры и выбора водящих. Если намечена игра, требующая силы и выносливости (например, «Ловля парами»), руководитель может заранее назначить физически слабых детей на роль помощников.

Заблаговременно выделяют помощников для игр на местности, чтобы совместно с ними подготовиться к предстоящей игре.

Для игры с разделением на команды (например, «Перестрелка») помощников можно выделить после объяснения игры, учитывая подготовленность детей.

Приучать детей к обязанностям помощников рекомендуется с 1-го класса. Вначале им следует давать простые поручения (например, следить за тем, чтобы играющие не выбегали за границы площадки, не заступали за черту до сигнала, не выбегали раньше окончания речитатива и т.п.), а затем, постепенно усложнять их.

### **Способы выбора водящего, разделения на команды.**

Выполнение обязанности водящего оказывает большое воспитательное воздействие на играющих. Выбрать водящего можно разными способами.

# Выбор водящих

- Желательно, чтобы в этой роли побывало как можно больше детей.
- Выделить водящих можно разными способами:
- по назначению воспитателя (этот способ используется, когда руководитель не знает группу детей)
- способ выбора по жребию (считалка)
- по выбору играющих (коллективное желание детей, обычно выбирают наиболее достойных.)
- по результатам предыдущих игр
- Распределение на команды:
- по усмотрению воспитателя,
- путем расчета на 1-2,
- путем фигурной маршировки или расчета движущейся колонны,
- по назначению капитанов.
- Капитанам отводится важная роль. Он помощник воспитателя. Наблюдает за соблюдением правил игры, учитывает результат игры, раздают и расставляют инвентарь.

## 1. По назначению руководителя.

Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа: быстро выбран наиболее подходящий водящий. Но при таком способе подавляется инициатива играющих. Руководитель назначает водящего в том случае, когда дети не знакомы друг с другом, мало времени для проведения игры или надо назначить водящим намеченного участника с воспитательной целью (очень пассивный игрок или наоборот слишком активный и необходимо использовать его энергию в награду за хорошее товарищеское поведение в играх). При назначении водящих руководитель должен кратко объяснить свой выбор, чтобы участники не заподозрили его в пристрастном отношении к отдельным игрокам.

## 2. По жребию.

Чаще всего используется способ выбора водящего по жребию. Жребий может быть произведен путем расчета «считалочки» (например, «назови цифру до 10». На кого падет жребий?). Для расчета путем применения «считалочки» играющие становятся в круг. Произносятся каждое слово «считалочки», они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придется последнее слово «считалочки», становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. Способ «считалочки» требует сравнительно много времени, им обычно пользуются в играх, проводимых во внеурочное время. В отдельных случаях «считалку» применяют и на уроках, чтобы несколько успокоить детей после сильного возбуждения. «Считалки» с осмысленным текстом содействуют развитию речи детей.

Для определения водящего по жребию можно «тянуться на палке». Участник

берет палку снизу, за ним берется рукой второй игрок, затем третий и т.д. Водящим становится тот, кто возьмет палку за конец и удержит ее или покроет палку сверху ладонью. Этот способ применим при 2–4 играющих. Можно при жребии применять метание. Водит тот, кто дальше всех бросит палку, камень, мяч и т.п. Этот способ требует много времени. Им можно воспользоваться при проведении игр во внеурочное время, на продленном дне.

Определение водящего по жребию не всегда удачно. Однако дети часто употребляют этот способ в самостоятельных играх, так как он не вызывает у них споров и является своеобразной игрой.

### 3. По выбору играющих.

Один из наиболее удачных способов выбора водящего – по выбору играющих. Этот способ хорош в педагогическом отношении, он позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с мало организованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Руководитель может порекомендовать детям выбрать тех, кто лучше бегают, прыгает, попадает в цель, кто более сильный и ловкий и т.д.

Хорошо установить очередность в выборе водящего, чтобы каждый участник побывал в данной роли. Это содействует воспитанию организаторских навыков и активности. Можно назначить водящего по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, был пойман последним и т.д. Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. Отрицательной стороной этого способа является то, что в роли водящего не смогут быть слабые и менее ловкие дети. Имеется много способов выбора водящего.

Названные способы выбора водящего следует чередовать в зависимости от поставленной задачи, условий занятий, характера игры, количества играющих, их возраста и их настроения.

Нельзя, например, младшим ребятам предлагать выбирать водящего по его качествам. Если руководитель предложит выбрать самого ловкого, то все окажутся самыми ловкими. Это связано с тем, что дети 1–2-х классов не умеют еще правильно определять свои способности: каждый из них считает себя наилучшим в проявлении всех качеств.

Таким образом, каждый способ выбора водящих связан с условиями работы и с задачами, которые ставит преподаватель перед проведением игры. Распределение на команды производится различными способами. Играющие распределяются на команды по усмотрению руководителя в тех

случаях, когда нужно составить команды, равные по силам. Этот способ применяют при проведении сложных подвижных и спортивных игр с учащимися старших классов при условии, что с контингентом занимающихся хорошо знаком преподаватель. При таком способе составления команд учащиеся активного участия в нем не принимают, но команды образуются, как правило, равные по силам.

Можно распределить на команды путем расчета: стоя в шеренге по росту (мальчики на одном фланге, девочки – на другом), учащиеся рассчитываются на первый – второй. Первые номера составляют одну команду, вторые – другую. Таким же способом можно разделить на 3–4 команды. Это самый быстрый способ, им чаще всего пользуются на уроках физической культуры. Но при данном способе деления команды не всегда равны по силам.

Можно разделить играющих на команды путем фигурной маршировки (перестроение в движении). При применении этого способа в каждом ряду должно быть столько человек, сколько требуется команд для игры. Состав команд при этом способе бывает случайным и часто неравным по силам. Два последних способа удобны для игр, проводимых на уроках, так как они позволяют организованно перейти от одного вида упражнений к другому. Применяется также способ деления команд по сговору. Дети выбирают капитанов (командиров), самостоятельно делятся на пары (примерно равные по силам). Сговариваются в каждой паре, и, подходя к капитанам, они объявляют им свои названия, кто кем будет, после чего капитаны выбирают их по названиям. При таком делении команды почти всегда равны по силам. Этот способ дети очень любят, так как он сам является своеобразной игрой, но его можно применять только в тех случаях, когда время проведения игры неограниченно (во внеурочное время).

Способ деления на команды по назначению (выбору) капитанов. Применяя его, дети выбирают двух капитанов, которые по очереди набирают игроков к себе в команду. Этот способ довольно быстрый, и команды по силам бывают равны. Отрицательной стороной данного способа является то, что слабых игроков капитаны набирают неохотно, что часто приводит к обидам и ссорам среди играющих. Чтобы этого не случилось, рекомендуется не доводить выбор до конца и разделить оставшихся путем расчета. Способ по назначению капитанов следует применять только в играх с учащимися старшего школьного возраста, так как в этом возрасте играющие хорошо знают силы друг друга и умеют правильно оценить их выбор.

Могут быть и постоянные команды, причем не только для спортивных игр, но и для сложных подвижных игр, игр-эстафет, особенно в тех случаях, когда проводится соревнование между классами, школами или сборными командами городов.

Постоянен состав команд в «Веселых стартах», в «Зарнице», в «Спортландии» и других играх, когда надо готовить команды к соревнованиям.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Подготовка места к проведению подвижных игр. Особенности проведения игр в спортивном зале и на воздухе.
2. Требования к границам площадки в помещении и на воздухе.
3. Критерий выбора игры.
4. Подготовка руководителя к игре.
5. Подготовка играющего коллектива.
6. Способы разделения игроков на команды и их характеристика.
7. Способы выбора водящего и их характеристика.
8. Выборы помощников и капитанов в игре.

### **Требования к рассказу игры, роль показа во время объяснения.**

Успех игры в большой мере зависит от ее объяснения. Приступая к рассказу, руководитель должен ясно представить себе всю игру. Рассказ должен быть кратким: длительное объяснение может отрицательно сказаться на восприятии игры. Исключение составляют игры для детей младшего школьного возраста, особенно первого класса, где игра объясняется в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным, последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения:

- 1) название игры;
- 2) цель игры;
- 3) ход игры;
- 4) расположение игроков и их роли;
- 5) правила игры.

По ходу рассказа игры руководитель может коснуться некоторых правил, но в конце рассказа на правилах необходимо остановиться еще раз, чтобы дети лучше их запомнили. Рассказ не должен быть монотонным. Объяснять игру следует спокойным голосом, иногда повышая или понижая его, чтобы привлечь внимание учащихся на тот или другой момент содержания. В рассказе не следует употреблять сложных терминов. Новые понятия, новые слова необходимо объяснять. Для лучшего усвоения игры рассказ рекомендуется сопровождать показом. **Показ в подвижной игре** – наглядная демонстрация отдельных приемов, технических взаимодействий или всего содержания подвижной игры. Он может быть неполным (некоторые моменты игры



разъясняются жестами и отдельными движениями) или полным (воспроизводятся наиболее сложные моменты игры самим руководителем или учащимися).

При объяснении надо учитывать настроение играющих. Заметив, что их внимание ослабло, руководитель должен сократить разъяснение или оживить его. Если после рассказа участники задают вопросы, надо отвечать на них громко, обращаясь при этом ко всем играющим. Содержание игры подробно объясняется только тогда, когда учащиеся играют в данную игру впервые. При повторениях игры следует только напомнить основное содержание и пояснить дополнительные правила и приемы. Для восстановления игры в памяти лучше всего привлекать самих учащихся.

### **Организация правильных действий игроков, развитие творческой инициативы. Наблюдение и контроль за выполнением правил.**

#### **Равномерность нагрузки во время игры.**

Подвижные игры являются творческой деятельностью, в которой проявляется естественная ловкость ребенка в движении, необходимость найти решение двигательной задачи. Руководитель во время игры должен заинтересовать детей игрой. Начинать игру следует организованно и своевременно. Игра начинается по условному сигналу (хлопок, свисток, взмах рукой, флажком, команда). Затем руководитель следит за ходом игры, за поведением отдельных игроков и направляет их действия. По ходу игры педагог может упростить или усложнить отдельные правила (в зависимости от подготовки играющих). Нельзя допускать грубого поведения играющих и нареканий. Воспитание выдержки, справедливости, взаимовыручки, настойчивости достижения цели – важная забота руководителя игры.

В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, его физическое состояние на занятии. Задача преподавателя – правильно определить нагрузки в игре. НЕ рекомендуются чрезмерные мышечные напряжения. Необходимо обеспечить оптимальные нагрузки. Интенсивные нагрузки следует чередовать с отдыхом. Приступая к проведению, необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроения учеников (после больших физических или умственных усилий – игры с меньшей интенсивностью).

Важно, что с увеличением эмоционального состояния играющих нагрузка в игре увеличивается. Играющие, увлеченные игрой, теряют чувство меры, желая превзойти друг друга, не рассчитывают своих возможностей и перенапрягаются. Следует приучать учеников контролировать и регулировать свои действия в игре. Иногда стоит прервать игру, хотя играющие еще не почувствовали потребности в отдыхе.

#### **Способы дозирования нагрузки:**

Уменьшением или увеличением числа играющих, продолжительностью игры во времени, размерами игровой площадки, количества повторений, тяжести предметов и наличия перерывов для отдыха.

**Уменьшение** физической нагрузки можно осуществлять путем объявления кратковременных перерывов для разбора ошибок, подсчета очков, уточнения правил, сокращения дистанции, уменьшения числа повторений, назначения новых помощников.

**Увеличивать** подвижность участников игры можно сл. образом: дополняя ее препятствиями, удлиняя дистанцию. Затягивать игру не следует, так как игроки могут устать, и игра и игра для них станет не интересной. Важно, своевременно закончить игру, заранее предупредив участников словами: «Осталось 2 минуты», «Играем еще до одного очка». Неожиданное окончание игры неблагоприятно действует на учеников, они долго не могут успокоиться.

Желательно, чтобы во время игры все участники получали примерно одинаковую нагрузку. Поэтому удалять из игры проигравших можно только на очень короткое время.

Продолжительность игры, проводимой на свежем воздухе, зависит от состояния погоды. В зимних играх на открытом воздухе занимающиеся должны интенсивно выполнять движения без перерывов. Нельзя применять играющим сильные нагрузки с последующим отдыхом, чтобы не вызвать испарину, а затем быстрое охлаждение. Зимние игры должны быть кратковременными.

Если температура воздуха до + 10 С, то все участники должны действовать активно. Поэтому подбирать игры надо такие, в которых не приходится долго стоять и дожидаться своей очереди (например, эстафеты). В холодную ветренную погоду проводить игры на воздухе можно только с большими ребятами кратковременно и с большой насыщенностью движениями. С младшими ребятами проводить подвижные игры в холодную и ветренную погоду нельзя. В жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют задания поочередно.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Последовательность действий руководителя игры с целью проявления творческой инициативы детей.
2. Что такое дозировка в процессе игровой деятельности.
3. Способы увеличения дозирования физической нагрузки в игре?
4. Способы уменьшения дозирования физической нагрузки в игре?
5. Продолжительность игр при разных погодных условиях? Особенности проведения подвижных игр.

## **Объективность судейства в подвижных играх. Продолжительность игры для учащихся разного возраста.**

Большое значение для успешного проведения игры имеют правила. Игра теряет свою педагогическую ценность, если не соблюдать ее правила. В связи с этим следует уделять внимание судейству игр. Судья строго следит за точностью выполнения правил приемов в игре. Необъективный судья теряет доверие, авторитет его падает, играющие не понимают его, не слушают, доверие к такому судье теряет смысл результативности игры. Правильное судейство способствует воспитанию у детей честности, уважения к себе и правилам.

Длительность игры зависит от ее характера, условий занятий и состава занимающихся. Такие факторы, как количество участников (чем их меньше, тем короче игра), их возраст (дети младшего школьного возраста не должны испытывать длительное напряжение), содержание игры (игры, требующие большой нагрузки, должны быть короче), место проведения, темп, предложенный руководителем, его опытность (у малоопытного руководителя игры короче), также оказывают влияние на продолжительность игры.

Форма занятий также влияет на длительность игры: игра, проводимая на уроке физической культуры, ограничена во времени. Если же она проводится во внеурочное время, то может быть продолжительнее и в большей мере способствовать воспитанию у детей выносливости. Такая игра приучает учащихся к более высоким напряжениям.

Подвижные игры детей младшего возраста часто сопровождаются словами – стихами, песнями, речитативом, которые раскрывают содержание игры и ее правила; объясняют, какое движение и как надо выполнить; служат сигналами для начала и окончания, подсказывают ритм и темп («По ровненькой дорожке», «Лошадки» и др.). Игры, сопровождающиеся текстом, даются и в старших группах, причем слова нередко произносятся хором («Мы – веселые ребята» и др.). Текст задает ритм движению. Окончание текста служит сигналом к прекращению действия или к началу новых движений. Вместе с тем произнесение слов – это отдых после интенсивных движений.

## **Требования к окончанию игры. Определение результатов игры. Оценка выполнения игровых действий всего коллектива и отдельных играющих.**

Правильная организация подвижной игры предусматривает не только правильное ее проведение, но и своевременное окончание. Преждевременное окончание игры нежелательно так же, как и ее затягивание.

Момент окончания игры определяется по первым признакам утомления: рассеянность внимания, нарушение правил, неточность выполнения движений, недостаточное проявление настойчивости в достижении цели, уменьшение заинтересованности, учащенное дыхание у большинства участников. В случае их появления игру следует заканчивать.

Руководитель перед игрой может сообщать отведенное на нее время. Учитывая это, участники соответственно распределяют свои силы. За 1 — 3 мин до окончания установленного времени надо предупредить игроков. Если игра командная, перед ее началом желательно сообщить участникам количество повторений игры.

Подведение итогов игры, определение ее результатов, выявление ошибок, неверных действий имеют большое значение. Перед объявлением результатов игры руководитель создает спокойную обстановку, если нужно, собирает сведения у помощников и громко объявляет результаты. Нельзя допускать пререканий и споров игроков с судьей. Решение судьи не поддается обсуждению. Объявлять результат игры надо кратко, чтобы приучать детей к правильной оценке их действий и поступков. Объективный разбор игры приучает занимающихся к правильной самооценке. Если игра проводится впервые, можно разобрать ее подробнее, чтобы при повторном проведении было меньше ошибок.

При определении результатов игры учитывается не только быстрота, но и качество выполнения того или другого задания, о чем участники должны быть предупреждены заранее. Руководителем также оцениваются знание правил и их соблюдение, умение целесообразно и согласованно действовать в игре, использовать знакомые двигательные действия в определенных игровых ситуациях.

При оценке действий учеников руководитель учитывает допускаемые ими ошибки, которые могут быть условно поделены на мелкие и существенные. К мелким можно отнести ошибки, связанные с незначительными отклонениями от правильного использования игровых приемов, но не оказывающие решающего влияния на ход игры (неточные передачи мяча, выход за границы площадки и т.д.), Существенной ошибкой может считаться нецелесообразное применение разученных ранее двигательных действий, которые влияют на ход игры или не соответствуют требованиям игровой этики. В силовых играх — это чрезмерно резкие толчки, вызывающие падения, в играх с мячом — неправомерное задерживание мяча у себя в ущерб коллективной игре, а также незнание или нарушение основных правил.

Подведение итогов игры имеет педагогическую ценность и для самого руководителя: наблюдения и выводы, сделанные в процессе игры, которыми учитель может не делиться с детьми, имеют важное значение для работы с детским коллективом и каждым учеником в отдельности.

Помимо непосредственной оценки выполнения приемов и правил игры в процессе проведения разноплановых игр руководитель может осуществить следующие наблюдения за поведением учащихся, чтобы уточнить особенности их физического развития, темперамента и характера: а) оценить общее физическое развитие ребенка; б) степень развития отдельных физических качеств; в) способность сочетать в игре эти двигательные качества; г) способность концентрировать внимание (при наличии посторонних раздражителей); д) проявление ребенком инициативы и настойчивости; е) проявление нерешительности; ж) отношение к соперникам по игре; з) отношение к партнерам по команде (терпимость, взаимовыручка); и) отношение к собственным ошибкам и их исправление во время повторной игры; к) общую дисциплинированность, требовательность к себе; л) отношение к победе, поражению.

В современных детях достаточно развит соревновательный дух, и их не надо подталкивать к успеху. Соревновательность лежит и в основе игр. Но нельзя допускать, чтобы выигрыш стал единственным смыслом игры. Во избежание подобных ситуаций руководитель может не награждать команду, которая победила, и не штрафовать и не наказывать тех, кто проиграл. Справедливо одержанная победа должна быть достойной наградой, а проигрыш не должен приводить к развитию чувства поражения. Напротив, он должен стимулировать стремление к выигрышу в последующей игре.

### Вопросы для самоконтроля:

1. Требования к окончанию и подведению итогов игры.
2. Обязанности судьи в проведении подвижных игр.
3. Перечислите условия и формы занятий, от которых зависит продолжительность игры.
4. Как оценить выполнение игровых действий всего коллектива при подведении результатов игры?
5. Как оценить выполнение игровых действий отдельных играющих при подведении результатов игры?

**Взаимодействие с аудиторией** (метод получения обратной связи, вопросы и ответы, последовательная коммуникация, примеры, изучение потребностей, групповые предложения.)

1. **Подвижные игры.**
2. Тема 6.3. Типы уроков с применением подвижных игр.
3. Цели занятия: изучить типы уроков подвижных игр.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	<i>типы уроков подвижных игр, физическая культура, во внеурочная</i>	Беседа, диалог,

<p>работа, игры и упражнения на воде: «Наступление», «Охотники и утки», «Салки с мячом», «Гонка катеров», «Морской поезд», «Волейбол по кругу».</p>	<p>рассказ.</p>
---	-----------------

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

*Тема занятия. Типы уроков с применением подвижных игр.*

Уроки с применением подвижных игр могут быть игровые и смешанные.

*Игровые уроки* – это такие уроки, когда задачи решаются только с помощью игр.

*Смешанные уроки* – когда задачи урока решают с помощью игр и других средств физического воспитания.

Только в младших классах проводятся игровые уроки с применением подвижных игр. Если игровой урок посвящен какой-то тематике («Прогулка в лес зимой», «Полет на Луну», «Рыбалка»), то он называется *игровой – тематический урок*.

**Схема игрового тематического урока в 1 классе  
«Прогулка в лес зимой»**

**Педагогические задачи:**

1. Совершенствование навыков бега с изменением направления и увертыванием.
2. Развитие быстроты движений.

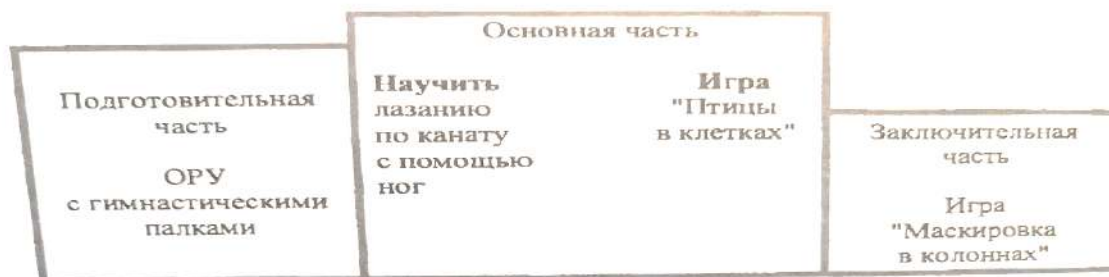




## Схема смешанного урока по гимнастике во втором классе

### Педагогические задачи:

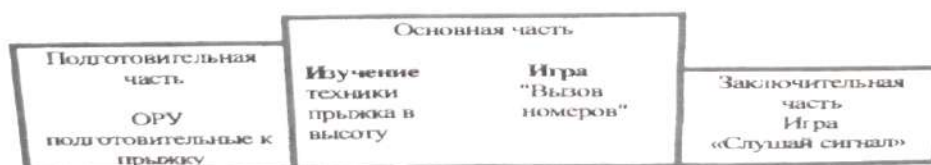
1. Научить лазанию по канату с помощью ног.
2. Развитие ловкости и внимания в игре.



## Смешанный урок по легкой атлетике в седьмом классе

### Педагогические задачи:

1. Изучение техники прыжка в высоту.
2. Совершенствование техники низкого и высокого старта в игре.
3. Развитие быстроты реакции в игре.



## Игровые упражнения при обучении плаванию.

Игры для преодоления водобоязни и освоения с водой: «Наступление», «Охотники и утки», «Салки с мячом», «Гонка катеров», «Морской поезд», «Волейбол по кругу».

### Рассмотрим некоторые игры.

**«Наступление»**—глубина воды по пояс.

На берегу ставят два флажка 15-20 м. один от другого. Они обозначают границы игрового поля. Участвуют две группы играющих, которые выстраиваются в воде шеренгами на расстоянии 15-20 метров друг напротив друга. У руководителя, стоящего на берегу, в каждой руке по флажку. По его сигналу (взмах флажками вверх) игроки направляются друг другу, стараясь соблюдать равенство в шеренгах. Когда шеренги сблизятся до 2-3 метров, руководитель опускает одну руку с флажком в сторону.

Те играющие, которые находятся со стороны этого флажка, быстро поворачиваются кругом и убегают, спасаясь от преследования игроков другой шеренги, которые стараются запятнать бегущих. Однако это разрешается делать в пределах места, ограниченного флажками. Подсчитывают пойманных игроков, ограниченного флажками. Подсчитывают пойманных игроков, и игра проводится еще раз. Побеждает та команда, которая за одинаковое число перебежек, сумеет осалить больше игроков.

### «Гонка катеров»-глубина воды по грудь и выше.

Эстафета проводится между двумя или несколькими командами, которые выстраиваются у начала бассейна. Сначала первые номера, держась за плавательную доску и работая только ногами, плывут к своим ориентирам и обратно. Затем доску принимают вторые номера и так далее. Плывущий оставляет за собой пенный след, продвигаясь вперед. Побеждает команда, закончившая ее быстрее. Если на плавательную доску лечь и грести руками, то можно устроить гонку «лодок». Вместо досок можно использовать резиновые круги или детские надувные матрасы.

### «Водолазы»- игра с нырянием под воду

Преподаватель опускает на дно несколько хорошо видимых предметов под воду. Игроки по очереди ныряют, доставая предметы со дна. Выигрывает тот играющий, который достанет больше всех предметов за один раз.

**Задача** — освоение безопорного положения, открывание глаз и развитие ориентировки в воде.

#### **Описание игры**

Игра может быть командной и некомандной. В первом случае играющие делятся на две команды с равным числом участников. Предварительно на дне разбрасывают разноцветные камешки или другие мелкие, но хорошо заметные предметы. По сигналу дети ныряют и достают эти предметы со дна. Побеждает та команда, участники которой в установленное время достали больше камешков. Игру можно усложнить, разбрасывая на дне пластмассовые тарелочки, буквы, цифры, плоские предметы, которые труднее ухватить.



### **Выводы:**

Игры на воде — не только развлечение для детей во время купания, но и эффективное средство физического развития и закаливания. Они организуются на неглубоком месте открытого водоема или в бассейне как на мелком, так и на глубоком месте. Это зависит от характера игры. Не умеющим плавать игра поможет преодолеть страх перед водой, а тем, кто умеет держаться на воде, легче будет научиться плавать. Ведь плавание очень важный, жизненно необходимый навык. При организации игр на воде, так же как и при обучении

плаванию, важно соблюдать все известные меры безопасности на воде (пересчитывать детей, внимательно следить за ними во время пребывания в воде). Важно помнить, что перед играми на воде необходимо хорошо разогреться, проделав ряд гимнастических упражнений, в том числе таких, которые имитируют движения в воде.

Взаимодействие с аудиторией (вопросы, беседа, разъяснения понятий).

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

**КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**1. Подвижные игры.**

2. Тема практического занятия: **Раздел 3. Подвижные игры в школьном уроке физкультуры**

3. Цели занятия: *разработать игровые карточки.*

4.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	1. Составление карточек по подвижным играм на переменах и в группах продленного. 2. Какие особенности проведения подвижных игр на переменах? 3. Какие особенности проведения подвижных игр в группах продленного дня?	объяснительно-наглядный (репродуктивный) (беседа, указания).

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

Введение.

**Задачи на занятие:**

1. Разработать две подвижные игры для развития физических качеств на переменах.
2. Обсудить, продемонстрировать и проанализировать представленные материалы игр.

Проект игр 1. (задачи подвижной игры)-воздействие на какие физ. качества

2. Практический ход игры (описание). Обязательно чертёж-схема проекта.
3. Правила игры
4. Подведение итогов (кто и почему выиграл)

**Оценить:** 1) По пятибалльной системе соответствие содержания игры поставленным задачам.

2) По десятибалльной системе оценить содержание и организацию проведения игры.

3) По пятибалльной шкале оценить схему проекта.

**Проведение игр по времени:**

1. Объяснение задач, краткое содержание игры по схеме, правила, определение победителя. 5 мин.

2. Проведение игры -10 мин

3. Подведение итогов игры, определение победителя-5 мин.

Всего-20 мин.

Требования к выполнению практического задания:

Необходимо разработать игровые карточки подвижных игр на переменах и в группах продленного дня. Выполненные задания рассказать и показать на учебных занятиях.

2. Тема практического занятия.

**1. Подвижные игры.**

**2. Тема 4.1. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми младшего школьного возраста.**

3. Цели занятия: *разработать игровые карточки.*

4.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в начальной школе. Подготовка карточек для проведения подвижных игр с детьми разных классов (1–4).	объяснительно-наглядный (репродуктивный) (беседа, указания).

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

### Задачи на занятие:

1. Составить карточки для проведения подвижных игр (3 игры) с детьми 1–3 класса.  
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 карточки для проведения подвижных игр (1 игру) с детьми 4 класса.  
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.

Требования к выполнению практического задания:

Необходимо разработать игровые карточки подвижных игр (3 игры) с детьми 1–4 класса. Выполненные задания рассказать и показать на учебных занятиях.

3. Тема практического занятия.

1. Подвижные игры.

3. Тема 4.2. Содержание, организация и методика проведения подвижных игр, с детьми среднего школьного возраста.

4.

3. Цели занятия: *ответить на вопросы по теме занятия.*

4.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	формирование знаний и методических умений по проведению подвижных игр в средней школе. Ответы на вопросы	объяснительно-наглядный (репродуктивный) (беседа, указания).

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

**В среднем школьном возрасте** проявляется активная адаптация организма ребенка к упражнениям силового, скоростно-силового характера, связанным с проявлением выносливости. Характерно, что это происходит на фоне некоторого запаздывания функционального развития сердечно-сосудистой системы, явно выраженного полового созревания и высокой подвижности нервных процессов. Отмеченные психофизиологические изменения накладывают дополнительную ответственность на педагога за подбор подвижных игр. Несмотря на то, что в этом возрасте на игровую деятельность детей еще оказывает остаточное влияние специфика игр для детей младшего школьного возраста, подростков уже более активно интересуют игры с содержанием усложненного, смыслового, но менее сюжетного характера, с возможностью проявления творчества, собственного «Я» и себя в коллективных действиях.

**Подростковый возраст** характерен стремлением детей к соревновательной деятельности, чем, как правило, и отличаются подвижные игры, применяемые в этом возрастном периоде. У подростков популярны различные эстафеты с ярко выраженным соревновательным содержанием, включающим элементы игровых единоборств, с силовым сопротивлением сопернику, с преодолением различного рода препятствий, с проявлением взаимопомощи. Продолжительность подвижных игр в этом возрасте заметно возрастает по сравнению с играми для младших школьников. Нагрузка с комплексным проявлением двигательных качеств тоже, увеличивается интенсивность игровых двигательных действий. Подростки с особым предпочтением относятся к играм, в содержание которых включены задания, связанные с индивидуальными тактическими решениями. При подборе игр для этого возраста целесообразно учитывать особенности мальчиков и девочек. Девочки этого возрастного периода несколько отстают от мальчиков в развитости силы, быстроты, выносливости. Поэтому при создании соперничающих команд следует предусматривать одинаковое количество играющих мальчиков и девочек в каждой из команд для уравнивания шанса на победу. Этому же может служить равномерное распределение по командам явно более подготовленных детей по усмотрению педагога. В этом возрасте активизируется чувство ответственности ребенка, как за свои действия, так и коллективные. Поэтому дети с большой ответственностью относятся к соблюдению правил игры, активно реагируют на нарушения соперника, что накладывает дополнительную ответственность на педагога и за его личное участие в судействе, и на подготовленность судей из числа ребят. Характерными особенностями этой возрастной группы являются повышение ответственности за собственные действия, активизация аналитического мышления, критическое и одновременно сочувственное отношение к действиям товарищей, допустившим ошибки в ходе игры. Старшие подростки становятся более выдержанными, отличаются развивающейся способностью относиться к своим и командным неудачам более уравновешенно. Подростки этого возраста имеют



сформированные умения в подвижных играх. С учетом возросших физических качеств следует включать подвижные игры спортивные игры.

### **Задачи на занятие:**

Ответить на вопросы.

1. Оздоровительное значение подвижных игр детей и подростков в системе физического воспитания. Роль и особенности.
2. Образовательное значение подвижных игр детей и подростков в системе физического воспитания. Роль и особенности.
3. Воспитательное значение подвижных игр детей и подростков в системе физического воспитания. Роль и особенности.
4. Охарактеризуйте особенности подбора игр на учебных занятиях с детьми дошкольного возраста.
5. Охарактеризуйте особенности подбора игр на учебных занятиях с детьми младшего школьного возраста.
6. Охарактеризуйте особенности подбора игр на учебных занятиях с детьми среднего школьного возраста.
7. Охарактеризуйте особенности подбора игр на учебных занятиях с детьми старшего школьного возраста.

Требования к выполнению практического задания:

Необходимо ответить на вопросы в письменной и устной форме.

### **ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ**

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Методические материалы актуализированы	Протокол заседания кафедры № 08 от «31» января 2024 года	<u>01.09.2024</u>



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

УТВЕРЖДАЮ

заведующий кафедрой современной педагогики,  
непрерывного образования и персональных треков

А.А. Квитковская

20 февраля 2024 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**Психология физической культуры и спорта**

**Направление подготовки**  
**«Физическая культура»**

**Направленность**  
**«Физкультурное образование»**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ –**  
**ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА**

**Форма обучения**  
**Очная, заочная**

Москва, 2024 г.

Методические материалы по дисциплине (модулю) «Психология физической культуры и спорта» разработаны на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата* по направлению подготовки *49.03.01 Физическая культура*, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 940, с изменениями от 08.02.2021 № 1456, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программе *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура (далее – «ОПОП»).

Методические материалы по дисциплине (модулю) разработаны рабочей группой в составе: старшего преподавателя кафедры высшего сестринского образования и психолого-социальной работы Медицинской Высшей школы РГСУ Некрасовой М. В.

Методические материалы по дисциплине (модулю) обсуждены и утверждены на заседании современной педагогики, непрерывного образования и персональных треков

Протокол № 11 от «20» февраля 2024 г.

Заведующий кафедрой, кандидат педагогических наук, доцент



(подпись)

А.А. Квитковская

## СОДЕРЖАНИЕ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К ЛЕКЦИОННЫМ, ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ .....	4
1.1. Методические материалы к проведению лекционных занятий по дисциплине (модулю).....	4
1.2. Методические материалы по подготовке к практическим занятиям по дисциплине (модулю) .....	6
1.3. Учебно-наглядные пособия по разделам (темам) дисциплины (модуля).....	10
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ .....	86
Приложение № 1 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты лекционных занятий по дисциплине (модулю) .....	92
КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....	92
Приложение № 2 к методическим материалам по дисциплине (модулю). Конспекты практических занятий по дисциплине (модулю) .....	106
КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ).....	106
ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ .....	109

# 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.
- Обзорная лекция – это систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрисубъектной 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.

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
<b>РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Перцептивно-мнемические процессы психики.	сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования перцептивно-мнемических познавательных процессов психики
<b>Тема 1.2.</b> Мышление, воображение, речь	сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования познавательных процессов психики: мышления, воображения, речи.
<b>РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Психические свойства и состояния личности	сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования индивидуально-типологических свойств личности, ее психических состояниях.
<b>Тема 2.2.</b> Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности	сформировать систему знаний о сущности, видах, закономерностях функционирования эмоционально-волевой и мотивационной сфер личности.
<b>РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА</b>	
<b>Тема 3.1.</b> Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)	познакомить студентов с психологической характеристикой физической культуры
<b>Тема 3.2.</b> Психологические основы обучения	рассмотреть психологические основы обучения
<b>Тема 3.3.</b> Психологические основы воспитания	рассмотреть психологические основы обучения и воспитания
<b>Тема 3.4.</b> Психологические основы обучения двигательным действиям	рассмотреть психологические основы обучения двигательным действиям
<b>Раздел 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ</b>	
<b>Тема 4.1.</b> Психологическая характеристика деятельности и личность учителя физической культуры	изучить психологическую характеристику деятельности и личности педагога по физической культуре
<b>Тема 4.2.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте. Психология спортивного соревнования.	рассмотреть психологические особенности учебно-тренировочной деятельности; изучить психологию спортивного соревнования.



## ***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:

- 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 степенью 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 элементы условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредством применения метода моделирования). Метод конкретных ситуаций (метод case-study) относится к неигровым имитационным активным методам обучения.
- 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 ставится 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.

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

## **РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ**

**Тема 1.1.** Перцептивно-мнемические процессы психики.

### **Вопросы для самоподготовки:**

1. В чем заключается специфика сенсорики как механизма психического отражения?
2. В чем проявляется различие в подходе к пороговой проблеме в классической и современной психофизике?
3. Чем перцептивный образ отличается от сенсорного?
4. В чем проявляется и чем объясняется предметность восприятия?
5. Что позволяет человеку адаптироваться к условиям искажения сетчаточных изображений? Наблюдается ли перцептивная адаптация у животных?
6. Работой каких механизмов объясняется константность восприятия размера в различных теориях восприятия?
7. Как иллюзии восприятия интерпретируются в гештальт-теории?
8. Как связаны внимание и мотивация субъекта?
9. Как модели внимания трактуются в рамках деятельностного подхода?
10. Как связаны память и восприятие?

**Тема 1.2.** Мышление, воображение, речь.

### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Проблема речевой деятельности.
2. Функции речи. Речь как средство познания. Внутренняя и внешняя речь. Восприятие и понимание речи.
3. Вклад Л.С. Выготского, А.Р. Лурия, Н.И. Жинкина и других отечественных психологов в познание психологических механизмов речи.
4. Понятие о психолингвистике, психосемантике и нейролингвистическом программировании.

5. Речь человека в различных видах деятельности. Значение речи для профессиональной деятельности психолога.

## **РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА**

### **Тема 2.1. Психические свойства и состояния личности**

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Охарактеризуйте основные исторические подходы к определению и пониманию темперамента
2. В чем состоят психофизиологические проблемы изучения темперамента?
3. Как соотносятся задатки и способности, способности и деятельность?
4. Предопределяет ли темперамент характер человека?
5. Акцентуации личности и акцентуации характера: история проблемы
6. Как может влиять акцентуации характера на выбор профессиональной деятельности?
7. Дайте психологическую характеристику психических состояний? Каковы возможности их психодиагностики?

### **Тема 2.2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности.**

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Как соотносятся потребность, мотив, смысл в деятельностном подходе?
2. Какие методы изучения мотивации существуют в современной психологии?
3. В чем заключается специфика эмоциональной информации?
4. В чем заключается этап волевого действия – борьба мотивов?
5. Что такое волевое усилие и какова его роль в волевом действии?
6. Каково содержание и назначение стадий эмоциональных состояний: стресс, аффект, горе
7. В чем отличие волевого действия от произвольного?

## **РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Тема 3.1.** Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы)

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии.
2. Развитие мотивов, интереса к участию в массовых физкультурных мероприятиях.

**Тема 3.2.** Психологические основы обучения.

***Вопросы для самоподготовки:***

1. «Ориентировочная основа деятельности» на уроке физической культуры
2. Особенности использования произвольного внимания учителем физической культуры в работе с младшими школьниками.
3. Способы поддержания устойчивого внимания у школьников на уроке ФК

**Тема 3.3.** Психологические основы воспитания.

***Вопросы для самоподготовки:***

1. Психологическая характеристика физического воспитания.
2. Структура двигательной деятельности
3. Психологические основы формирования двигательного навыка.

**Тема 3.4.** Психологические основы обучения двигательным действиям.

***Вопросы для самоподготовки:***

1. Роль двигательной сенсорной системы в оценке пространственных, временных параметров движений и величины мышечных усилий.
2. Как человек распознает звуки?
3. Особенности деятельности вестибулярной сенсорной системы у глухих?
4. Как осуществляется сознательный контроль движений?

**РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

**Тема 4.1.** Психологическая характеристика деятельности и личность учителя физической культуры

***Вопросы для самоподготовки:***

1. Условия деятельности учителя ФК.
2. Профилактика профессионального выгорания.
3. Личностные качества и умения учителя. Стиль преподавания

**Тема 4.2.** Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте. Психология спортивного соревнования.

***Вопросы для самоподготовки:***

1. Психические напряжения и перенапряжения в учебно-тренировочном процессе.
2. Диагностика психического перенапряжения.
4. Процесс воспитания в структуре общей психологической подготовки спортсмена.
5. Основные методы воздействия на спортсмена.
6. Признаки состояния психической готовности к соревнованию.
7. Система звеньев психологической подготовки к конкретному соревнованию.

8. Мотивация спортсмена в тренировочном процессе.

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

## РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ. ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

Тема 1. 1. Перцептивно-мнемические процессы психики.





# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ.

- Картина мира у человека складывается благодаря функционированию познавательных процессов

## ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ:

- ОЩУЩЕНИЕ
- ВОСПРИЯТИЕ
- ВНИМАНИЕ
- ПРЕДСТАВЛЕНИЕ
- ПАМЯТЬ
- МЫШЛЕНИЕ
- ВООБРАЖЕНИЕ
- РЕЧЬ



## СТРУКТУРА ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА



# Виды мнемических процессов

1. **Запоминание** — это организация (кодирование, удержание, «присвоение») вновь поступающей информации. Запоминание условно подразделяется на собственно запоминание и запечатление.

2. **Сохранение** — активное или пассивное (произвольное и произвольное) преобразование (трансформация) запомненной информации.

3. **Забывание** — процесс, обратный сохранению, характеризующийся уменьшением возможности воспроизвести или узнать запомненный материал.

4. **Воспроизведение** — восстановление (реконструкция) ранее запомненного материала. Процесс воспроизведения включает в себя процессы *припоминания* и *воспоминания*.

5. **Припоминание** — произвольное извлечение из долговременной памяти образов прошлого.

6. **Воспоминание** — произвольное извлечение из долговременной памяти образов прошлого.

7. **Узнавание** — идентификация (опознание) объектов или явлений как ранее известных в момент непосредственного контакта с ними.

Мнемические процессы управляются мотивами, эмоциями, личностными смыслами и волевыми качествами личности.



## *Мнемические процессы*

- **Запоминание** – запечатление в сознании следа какого-либо объекта.
- В данном случае под объектом запоминания понимаются и предметы окружающего мира, и события, и идеи, и взаимосвязи между ними, и их языковое отображение, и эмоциональный фон, соответствующий объекту, т. е. любое проявление жизнедеятельности человека является объектом запоминания.
- Этот процесс является первым в цепочке мнемических процессов – он необходим для любого последующего проявления памяти.

### **Показатели развития мнемической деятельности:**

- Продуктивность функциональных механизмов
- Продуктивность операционных механизмов:
  - время включения операционных механизмов;
  - набор применяемых способов запоминания и воспроизведения;
- Умение субъекта управлять процессом запоминания
- Эффективность реализации  $\psi$  – функции с учетом функциональных и операционных механизмов (производительность, качество и надежность проявления способности)

44

# Мнемические процессы



Память – одна из психических функций и видов умственной деятельности, предназначенная сохранять, накапливать и воспроизводить информацию. Благодаря памяти мы используем в повседневной жизни свой собственный опыт и опыт предыдущих поколений.

## Состав мнемического действия





## Свойства ощущений

1. Порог ощущений

- нижний
- верхний
- разностный

2. Адаптация

- к слабым раздражителям
- к сильным раздражителям

3. Сенсбилизация

4. Контрастность

5. Последействие

6. Осознание

## Классификация ощущений

по  
происхождению



механические

температурные

химические

болевые

по контакту с  
раздражителем



дистантные

контактные

по расположению  
рецептора



интерорецептивные

проприорецептивные

экстерорецептивные

**Восприятие – это отражение целостных объектов действительности в единстве присущих им свойств и качеств.**

**Восприятие зависит от:**

**- от прошлого опыта и знаний**

**- содержания и задач выполняемой деятельности**

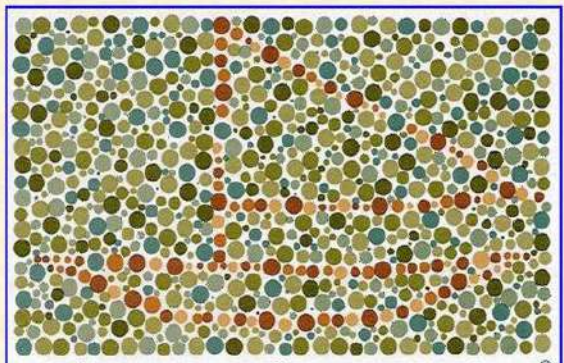
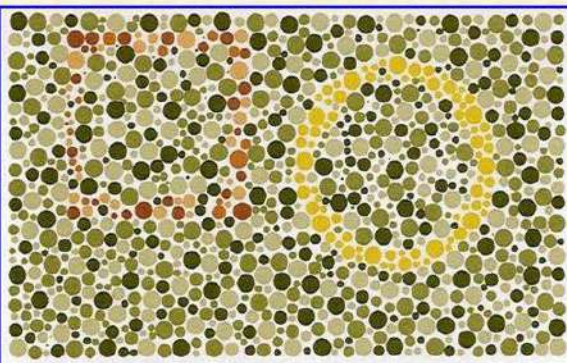
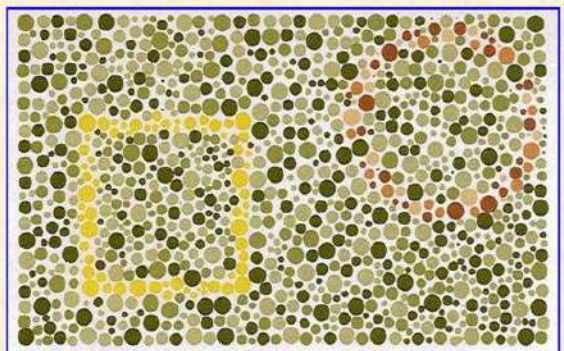
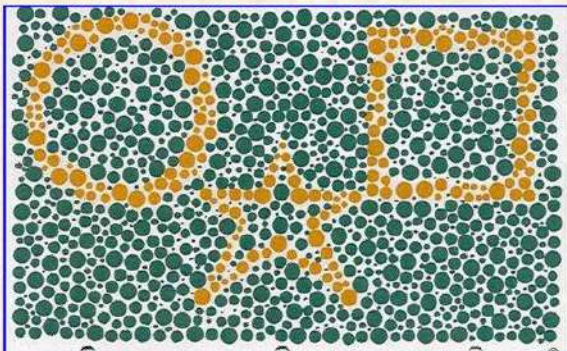
**- от индивидуально-психологических особенностей (потребностей, склонностей, эмоциональных состояний, мотивов, интересов)**



**Свойства восприятия: восприятие  
двойственных изображений**

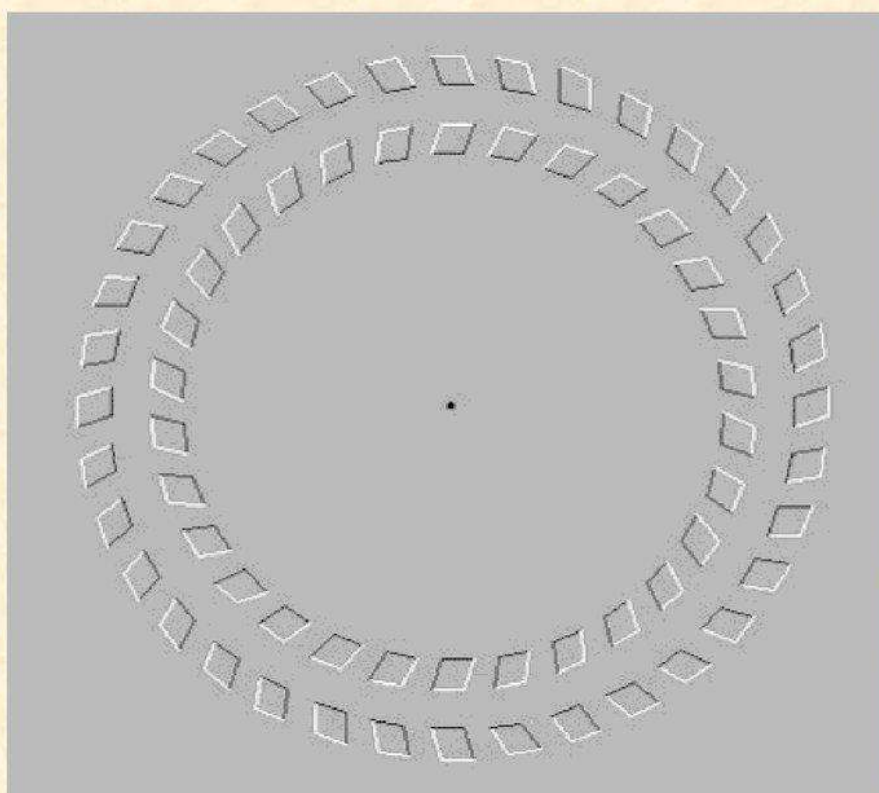
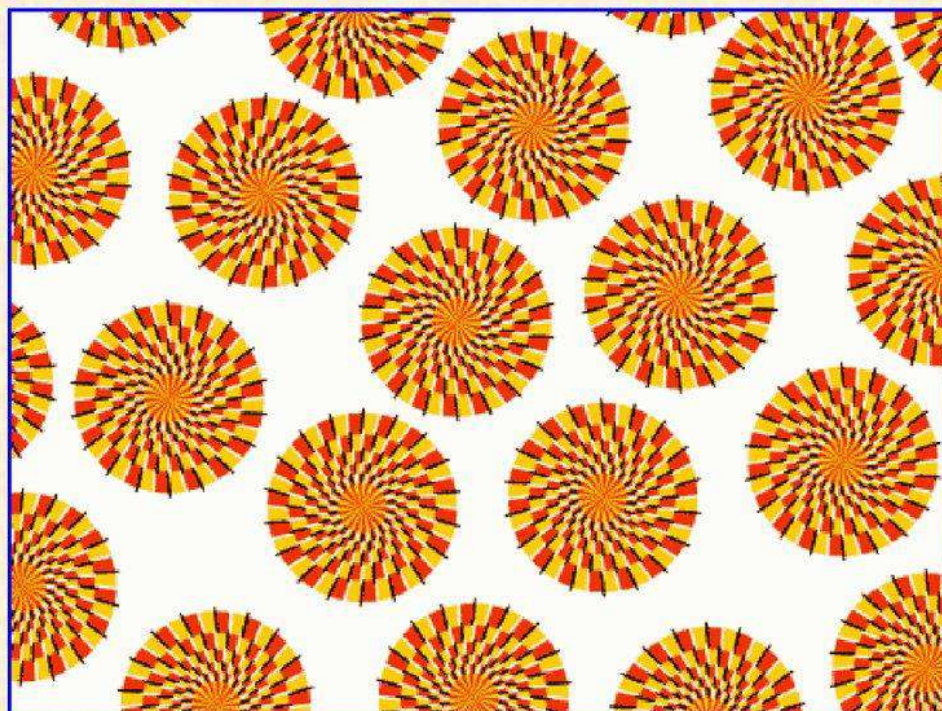


**Цветные таблицы для исследования  
зрительного восприятия**





## Иллюзии движения



**Зафиксируйте центральную точку и  
подвигайте головой «вперед - назад».**

**Представление** – это обобщенный образ предмета или явления, возникающий на основе прошлого опыта путем воспроизведения его в памяти или воображении.

**Воображение** – форма психического отражения, состоящего в создании образов на основе ранее сформированных представлений.

**Мышление** – это способность познавать мир во взаимосвязи предметов, явлений и событий окружающего мира.



## Процессы мышления

### 1. Анализ

выделение отдельных свойств, разложение на составляющие

### 2. Синтез

объединение однородных в каком-то отношении понятий с получением качественно иного понятия

### 3. Сравнение

сопоставление предметов и явлений по отдельным параметрам, свойствам и установление сходства и различия

## Процессы мышления

### 4. Обобщение

объединение в каком-то отношении однородных предметов, обозначение их понятием

### 5. Абстрагирование

способность к отвлеченному мышлению и установлению связи между главными признаками

### 6. Конкретизация

## **Индивидуальные особенности мышления:**

**1. глубина мышления**

**2. гибкость или  
ригидность мышления**

**3. быстрота  
мышления**

**4. широта мышления**

**5. пытливость  
мышления**

**6. самостоятельность  
мышления**



## Категории мышления

Понятия

Умозаключения

Суждения

## Классификация памяти

по ведущему  
анализатору

- зрительная
- слуховая
- осязательная
- обонятельная
- вкусовая
- кинестетическая

по уровню  
развития

- двигательная  
и аффективная
- образная
- словесно-  
логическая
- абстрактная

по форме  
психической  
активности

- произвольная
- непроизвольная

по длительности

- оперативная
- кратковременная
- долговременная



## Факторы запоминания

Субъективные:



тип запоминания

предшествующий опыт

личностная  
установка

эмоциональное  
сопровождение

состояние организма

Объективные:



характер материала:  
степень осмысленности,  
связность, понятийность,  
наглядность

количество  
материала

обстановка

44

**Интеллект** – комплексное понятие, это совокупность всех умственных способностей человека, способность к накоплению знаний и их практическому применению.

**Внимание - психический процесс, не являющийся самостоятельной формой отражения, это процесс организующий другие формы отражения (ощущения, восприятия, память, мышление, воображение, эмоции).**

Воображение — это процесс, во время которого происходит мысленное преобразование действительности, появляется способность к созданию новых образов реальности при переработке смыслового интеллектуального практического и чувственного опыта. Оно может характеризоваться устойчивостью образов, их яркостью, новизной, широтой, оригинальностью и правдивостью.





# Речь - ЭТО

- ◆ форма общения людей
- ◆ способность общаться с помощью слов, звуков
- ◆ язык в действии



## Что такое речь?

**Речь** – один из видов коммуникативной деятельности человека, использование средств языка для общения с другими членами языкового коллектива. Под речью понимают как процесс говорения (речевую деятельность), так и его результат (речевые произведения, фиксируемые памятью и письмом).



## Что такое правильная речь?

- Оратор должен обладать высокой культурой речи. Для этого необходимо знание норм литературного языка и умение выбирать точные, доходчивые и наиболее уместные средства для выражения мысли.
- Нормы языка – это общепринятые в речи образованных людей правила произношения, словоупотребления, грамматики.
- Речевые (стилистические) ошибки допускаются в результате нарушения нормы в ударении и произношении, неверного выбора слова или его формы и ошибочного построения синтаксической конструкции.
- При выборе слова следует учитывать его значение, сочетаемость слова с другими словами и другие особенности.
- В ораторской речи рекомендуется придерживаться книжных, а не разговорных форм.







## РАЗДЕЛ 2. ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА, СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ, ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И МОТИВАЦИОННАЯ СФЕРА

### Тема 2. 1. Психические свойства и состояния личности.

## Психодинамические свойства темперамента.

- **Активность** (от лат. actio — действие) — это динамическое условие становления деятельности человека. Характеризуется обусловленностью производимых действий внутренними состояниями субъекта, надситуативностью.  
Общая активность поведения характеризует степень энергичности, определяется включаемостью в деятельность и инициативностью.
- **Реактивность** (от лат. re — против, actio — действие) проявляется в преимущественной обусловленности действий предшествующей ситуацией.  
Один из важных показателей реактивности — сила эмоциональных реакций на происходящие события.
- **Сензитивность** (от лат. sensus — чувство, ощущение) — это свойство человека, характеризующее меру его чувствительности к происходящим событиям, его готовность к аффективным реакциям.

## Свойства темперамента (В.С. Мерлин)

- **3. Психический темп** - быстрота или замедленность движений, походки, речи, их прерывистость или плавность, энергичность или вялость.
- **4. Сензитивность** - повышенная чувствительность к различным воздействиям, например огорчение по незначительному поводу, восприимчивость к критике.



## **Психодинамические свойства темперамента**

- Гибкость поведения, легкость приспособления к новым условиям определяется таким психодинамическим свойством, как **пластичность**. Противоположным ему свойством является **ригидность** (от лат. rigidus – жесткий, твердый) – затрудненность в изменении субъектом намеченной программы деятельности в условиях, объективно требующей ее перестройки.
- **Темп психических процессов** характеризуется скоростью реакции, проявляющейся в быстроте ответов на вопросы, сообразительности, переключении внимания, скорости запоминания и т.д.
- **Экстраверсия** и **интроверсия** (от лат. extra - вне, intro - внутри, versio – поворачивать, обращать) – это характеристики направленности человека соответственно на мир внешних объектов или на явления своего собственного внутреннего мира.

## **Положительные и отрицательные свойства темперамента**

- **Хорошее воспитание, контроль и самоконтроль даёт возможность проявиться:** меланхолику, как человеку впечатлительному с глубокими переживаниями и эмоциями; флегматику, как выдержанному, без скоропалительных решений человеку; сангвинику, как высоко отзывчивому для любой работы человеку; холерику, как страстному, неистовому и активному в работе человеку.
- **Отрицательные свойства темперамента могут проявиться:** у меланхолика — замкнутость и застенчивость; у флегматика — чрезмерная медлительность; у сангвиника — поверхностность, разбросанность, непостоянство; у холерика — поспешность решений, раздражительность, агрессивность.

# Регуляторная теория Я.Стрелаяу

- Существуют индивидуальные различия по отношению к формальным характеристикам поведения – **интенсивности** (*энергетический аспект*) и **времени** (*темпоральный аспект*).
- 2. Темперамент характеризует по качествам интенсивности и времени не только людей, но и млекопитающих в целом.
- 3. Темпераментальные характеристики есть результат биологической эволюции и потому должны иметь генетический базис, который и определяет наряду со средовыми влияниями индивидуальные проявления темперамента.

## ***Нейродинамические свойства темперамента***

- ***Сила нервной системы*** определяется работоспособностью нервных клеток, позволяющей выдерживать длительное возбуждение, не переходя в режим охранительного торможения
- ***Уравновешенность нервной системы*** в работах Павлова определялась как сбалансированность возбуждения и торможения, проявляющаяся при их сопоставлении
- ***Подвижность нервной системы*** – это одно из ее первичных свойств, состоящее в способности быстро реагировать на изменения в изменившейся среде. Ее основными показателями являются скорость и легкость смены нервных процессов на процессы того же или противоположного знака, а также – скорости возникновения и прекращения нервного процесса.



## Двойственность индивидуальных способностей

---

Такие индивидуальные особенности как интересы, склонности характеризуются непостоянством, колебаниями, изменчивостью.

Такие особенности как черты, связанные с индивидуальными проявлениями основных свойств нервной системы изменить практически нельзя, но невозможно и не обращать на них внимания, ибо их влияние ощутимо в деятельности, в поведении, во взаимоотношениях с окружающими.

### Связь свойств темперамента и личности со свойствами нервной системы

В настоящее время в большинстве исследований изучаются не типы темперамента, а его свойства, состав и методы изучения которых у разных авторов очень расходятся. Это значительно затрудняет решение вопроса о том, какие типологические особенности с какими свойствами темперамента связаны.

Больше всего публикаций посвящено **экстраверсии-интроверсии**, но большая часть этих статей носит теоретический характер.



При адаптации спортсменов к физическим нагрузкам отмечают различные типы индивидуальных реакций **вегетативной и соматической систем**:

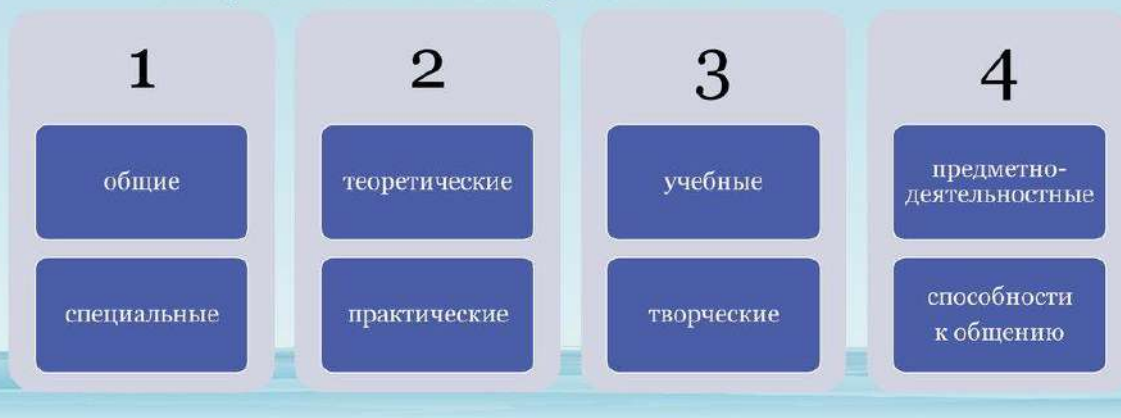
- 1) **«вегетативный тип»** - с преобладанием активности вегетативных систем (**стайеры** - марафонцы, лыжники-гонщики, биатлонисты и спортсмены других видов, связанных с проявлением выносливости,
- 2) **«соматический тип»** - с преобладанием активности мышечной системы, высокими величинами лактата (борцы, многоборцы, метатели, спринтеры, штангисты).

## Двойственность

- Обычно евразийцы исходят из срединного положения России между Европой и Азией, которое считают причиной сочетания в русской культуре признаков восточной и западной цивилизаций.
- Все эти особенности сформировали такие черты русской культуры, как отсутствие прочного ядра, привели к ее, бинарности, двойственности, постоянному **стремлению сочетать несочетаемое** — европейское и азиатское, языческое и христианское, кочевое и оседлое, свободу и деспотию. Основной формой динамики русской культуры стала инверсия — изменение по типу маятникового качания — от одного полюса культурного значения к другому.

# Классификация способностей

- Природные (биологические, естественные) – задатки-основа
- Специфически человеческие, которые делятся на:



## Характер

**Характер** – это неповторимое, индивидуальное сочетание устойчивых психологических черт личности, показывающих отношение человека к окружающему миру, к деятельности, к другим людям, выражающееся в его поведении и поступках.



# Характер

Характер имеет огромное значение не только для самой личности, но и для общества: жизнь и работа коллектива и особенно настроение людей во многом зависят от их характера.

Люди со здоровым нравственным стержнем, положительными чертами характера доброжелательно относятся к окружающим, готовы к сотрудничеству, устанавливают товарищеские отношения в коллективе. И наоборот, человек с «тяжелым» характером – угрюмый, озлобленный, склочный – мешает жить всему коллективу, создает атмосферу напряженности, нервозности, раздражительности.

# Характер

Особенности темперамента могут способствовать или противодействовать формированию тех или иных черт характера. Например, организованность, дисциплинированность легче выработать флегматику, чем холерику, а доброту и отзывчивость – меланхолику. Быть хорошим организатором, общительным человеком проще сангвинику и холерику. Настойчивость у холерика выражается в кипучей деятельности, у флегматика – в спокойной деловитости; холерик трудится энергично, страстно, флегматик – методично, не спеша. Меланхолику труднее сформировать у себя смелость и решительность, чем холерику, а холерику сложнее выработать у себя сдержанность, чем флегматику, и т. д. Однако недопустимо оправдывать дефекты своего характера врожденными свойствами, темпераментом.



## Типы характеров

### Интроверты

Сосредоточены на собственных внутренних переживаниях, часто эгоистичны, думают только о себе.

Характерны замкнутость, трудно включаются в новый коллектив, нередко изнуряют себя самоанализом, теряют уверенность в себе.



## Основные характерологические черты темперамента личности. САНГВИНИК.

### Позитивные черты

Высокая адаптивность, приспособляемость  
 Общительность  
 Высокая стрессоустойчивость  
 Быстрая реакция, включение в новый вид деятельности  
 Уравновешенность.  
 Жизнерадостность  
 Гибкость ума



### Негативные черты

Тяготится однообразием  
 Недостаточная глубина  
 Недостаточная настойчивость  
 Деятелен только при наличии интересного дела  
 Недостаточно усидчив

## Типы характеров

### Экстраверты

Имеют общительный характер, повернуты к другим людям, живут интересами других людей.

Имеют много друзей, быстро приспосабливаются к обстановке, легко входят в любой коллектив и нередко становятся лидерами.



### Флегматик

#### Позитивные черты

Высокая работоспособность  
Настойчивость  
Стрессоустойчивость  
Уравновешенность  
Самообладание, терпение  
Усидчивость



#### Негативные черты

Лень  
Инертность  
Медлительность  
Требуется время для переключения внимания

## Тема 2.2. Эмоционально-волевая и мотивационная сферы личности

### СТРУКТУРА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ







## Функции эмоций.

- 1. Подкрепляющая функция.** В процессах обучения и памяти именно эмоции играют решающую роль. Опытным путем было установлено, что в состоянии эмоционального напряжения у животных очень легко вырабатывается условный рефлекс.
- 2. Переключательная функция.** Заключается в том, что эмоции часто побуждают человека к изменению своего поведения. Наиболее ярко обнаруживается в экстремальных ситуациях при выборе мотивации, которая соответствует не только той или иной потребности, но и внешним условиям ее удовлетворения в данной ситуации и в данный момент
- 3. Коммуникативная функция.** Заключается в передаче своих эмоций окружающим с помощью мимики, жестов, поз, изменения интонации, выразительных вздохов.
- 4. Отражательная и побуждающая функция.** Отражательная функция эмоций заключается в обобщенной оценке событий. Позволяет определить полезность и вредность воздействующих на человека факторов еще до того, как будет определена локализация вредного воздействия

# Когнитивная теории эмоций

## Теория С.Шехтера

Эмоции возникают на основе физиологического возбуждения и когнитивной оценки.

- Некоторое событие или ситуация вызывают **физиологическое возбуждение**, и у индивида возникает необходимость **оценить содержание ситуации**, которая это возбуждение вызвала.
- Тип или **качество эмоции**, испытываемой индивидом, зависит не от ощущения, возникающего при физиологическом возбуждении, а от того, как **индивид оценивает ситуацию**, в которой это происходит.
- Оценка ситуации дает возможность индивиду **назвать испытываемое ощущение** возбуждения радостью или гневом, страхом или отвращением или любой другой подходящей к ситуации эмоцией.
- **Эмоциональные состояния** могут **передаваться** от человека к человеку, причем у человека в отличие от животных качество переживаний **зависит от его личного отношения** к тому, кому он сопереживает.
- 

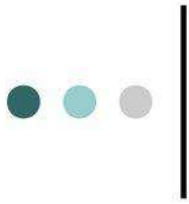


Стэнли  
Шехтер



## Сравнение эмоций и чувств

ЭМОЦИИ	ЧУВСТВА
Выделяют явления - «здесь и сейчас»	Выделяют явления со стабильной мотивационной значимостью
Возникли раньше в процессе филогенеза и онтогенеза	Возникли позже в процессе филогенеза и онтогенеза
Простые моно - явления	Сложные полиструктурные образования
Процессы кратковременные (секунды, минуты)	Процессы долговременные (часы, дни, годы)
Реакция складывается в соответствии с обстоятельствами в данный момент	Переходят из потенциальной в актуальную форму, при этом объект чувств всегда остается постоянным
Присущи животным и человеку	Присущи человеку
Непрерывны в протекании и выражении	В потенциальной форме не проявляются, в актуальной форме очевидны
Динамическая процессуальная составляющая аффективной жизни	Статическая составляющая, характеризующая состояние субъекта
Одна и та же эмоция проявляется в разных чувствах	Одно и то же чувство проявляется в разных эмоциях



- *Волевое усилие* – это форма эмоционального стресса, мобилизующего внутренние ресурсы человека и создающего дополнительные мотивы к действию по достижении цели. **Волевое усилие зависит от следующих факторов:**
  - – мировоззрения личности;
  - – моральной устойчивости;
  - – наличия общественной значимости целей;
  - – установки по отношению к действию;
  - – уровня самоорганизации личности.

**ВОЛЕВОЕ УСИЛИЕ** - особое состояние внутреннего напряжения, которое вызывает мобилизацию внутренних ресурсов человека, необходимую для выполнения задуманного действия (достижения цели)

#### **4 формы стимуляции волевого усилия:**

- прямая форма в виде самоприказов, самоободрения и самовнушения
- косвенная форма в виде создания образов, представлений, связанных с достижением
- абстрактная форма в виде построения системы рассуждений, логических обоснований и выводов
- комбинированная форма как сочетание элементов трех предыдущих форм





# Гармоничный человек





Спокойствие и контроль  
- дадут тебе силу.

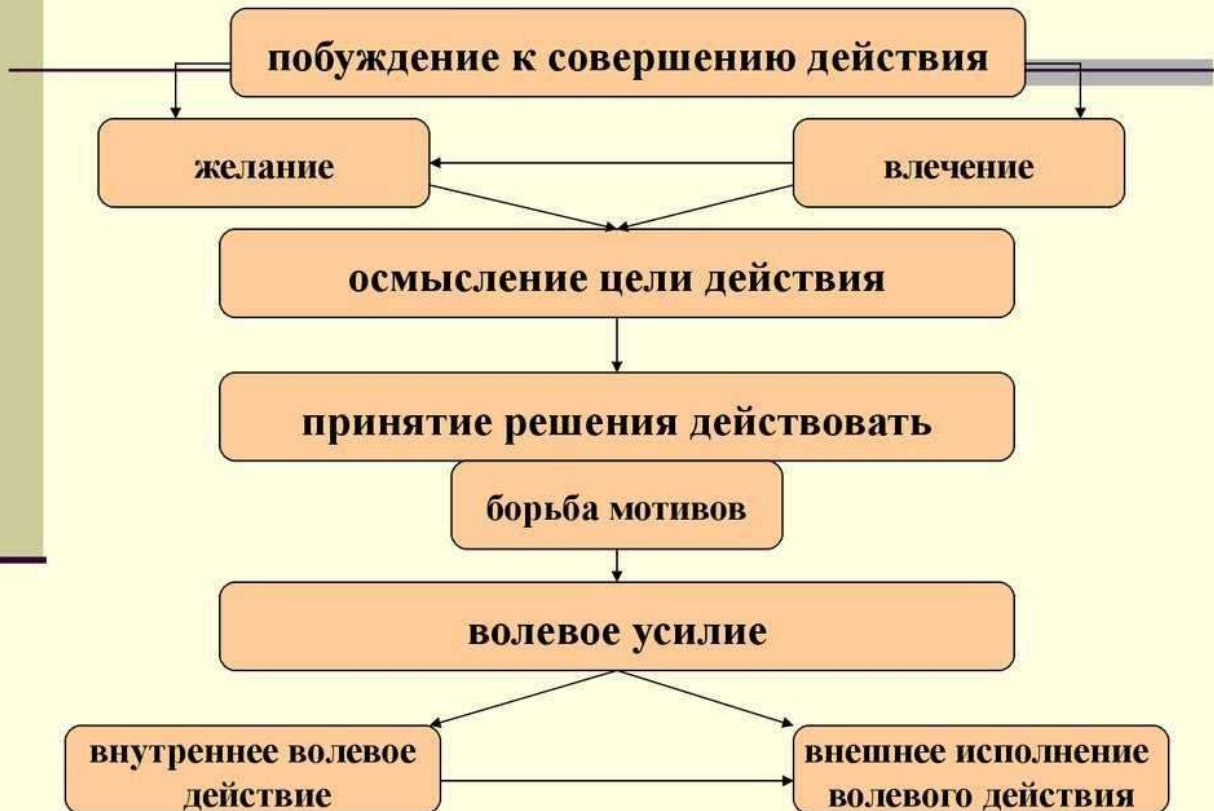
Сила и разум - подарят  
тебе волю.

Воля и стойкость - позволят  
тебе получать желаемое!



*Мир Возвращения*

# структура волевого акта



# Иерархия человеческих потребностей по А. Маслоу





## **Мотивы деятельности**

**Потребности**

осознаваемая и переживаемая нужда в том, что необходимо для физического и духовного развития

**Интересы**

обобщенное выражение потребностей людей

**Социальные установки**

Общая ориентация человека на какой-либо социальный объект, выражающая его предрасположенность действовать определенным образом относительно данного объекта

**Убеждения**

Устойчивые взгляды на мир, идеалы и принципы, а также стремление воплотить их в жизнь в своей деятельности

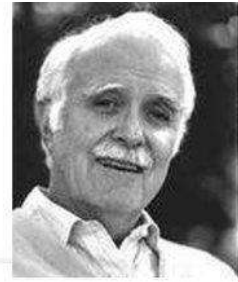
**Идеалы**

Представления о совершенном обществе, о достойном подражания образцовом поведении

# МОТИВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА!

- Человек живет в мире, он его создает и сам является целым миром.
- Человек творит в мире - занимается деятельностью.
- Что является мотивом деятельности человека?
- Мотивом деятельности человека – являются его потребности.

# Теория мотивации Аткинсона



- Поведение человека представляет собой результат взаимодействия индивидуальных качеств личности и ситуации ее восприятия.
- Трудовая мотивация состоит из следующей взаимосвязи элементов:
  - стремления к успеху;
  - избеганию неудач;
  - вероятности успеха;
  - привлекательности успеха и благосостояния.
- Согласно этой теории люди в большей степени ориентированы на успех, если на уровне подсознания стремятся выполнять трудовые функции средней сложности.

## МОДЕЛЬ «СИЛОВОГО ПОЛЯ» К. ЛЕВИНА

Модель «силового поля» К. Левина представляет текущую ситуацию как динамическое равновесие, управляемое многими факторами, которые оставляют все в том виде как есть. Для того, чтобы продвинуться к цели, необходимо оценить сопротивление и постараться изменить этот баланс в пользу сил, направленных на достижение цели.



Курт Левин



### РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тема 3.1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы).



## Психология спорта

### Предмет психологии спорта

*Предмет психологии спорта* как учебной и научной дисциплины - психические явления, возникающие в процессе спортивной деятельности, закономерности их проявления, механизмы, разработка рекомендаций для наиболее эффективной организации процесса спортивной тренировки и выступления в соревнованиях с точки зрения психологических знаний.

*Психология спорта* является одной из самых молодых психологических дисциплин. Ее основой является общая психология, но она также связана с возрастной и педагогической психологией, социальной психологией, психологией труда.

*Психология спорта* имеет связь и с другими науками – педагогикой, социологией, физиологией, но, в первую очередь, с теорией и методикой физического воспитания и спорта. Эта связь двусторонняя – с одной стороны, используются полезные данные других наук, с другой, - эти науки могут использовать знания из области психологии спорта.

## 2. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта

Рассматривая данный вопрос, следует дать краткую характеристику, во-первых, **психологии физического воспитания** и, во-вторых, **психологии спорта**.

1. Основная задача психологии физического воспитания — помочь рациональному решению практических вопросов общеоздоровительного, образовательного и воспитательного характера на основе анализа психологических сторон деятельности в физическом воспитании.
2. Психология спорта исследует закономерности психической деятельности отдельных людей и коллективов в условиях тренировок и соревнований. В процессе занятий спортом человек приобретает специальные качества, навыки, знания и умения. Спорт - это особый, специфичный вид, деятельности человека.



## Связь специальной психологии с другими науками



Тема 3.2. Психологические основы обучения.



## Концепция обучения

В обучении психологическому мастерству нами были выделены четыре блока подготовки: *личностный, общепрофессиональный, специальный и частнопрофессиональный.*

<b>ЛИЧНОСТНЫЙ блок</b> <i>Индивидуальная терапия: исследование личных проблем, повышение психологической зрелости</i>	<b>ОБЩЕ-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ блок</b> <i>Формирование инструментальной позиции, развитие способностей в сфере «Человек–человек»</i>
<b>Блок СПЕЦИАЛЬНОЙ подготовки</b> <i>Развитие резонансных способностей: стабильное самосознание, объемное восприятие, эмоциональная пластичность и др.</i>	<b>Подготовка ЧАСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ умений</b> <i>Владение различным психотерапевтическим инструментарием из области психоанализа, гештальттерапии, НЛП и др.</i>

## Психологические основы концепции развивающего образования

- Роль психологических знаний для построения моделей обучения.
- Эмпирические представления о психологических закономерностях учения.
- Место психологических концепций в системе традиционного образования. (Ассоцианизм. Бихевиоризм. Гештальтпсихология. Когнитивизм.)

## Психологические основы концепции развивающего образования

### Интериоризация

	Функциональные характеристики действия		
Начало освоения действия	Ориентировочная	Исполнительная	Контрольно-коррекционная
Процесс освоения действия по заданной программе			
Утилитарное действие	Понимание	Исполнение	Внимание

### Структура процесса учения И.И. Ильясов

**Макроуровень** предлагает различение от двух до шести макроуровней учения

- познание — запоминание;
- внимание — восприятие — осмысление — закрепление — применение — перенос.

*(Указанные компоненты действительно сводятся к двум, но не просто к познанию и запоминанию, а к более широким функционально, которые включают в себя познание и запоминание, но также и другие процессы).*

**Первым макрокомпонентом** в составе учения является **построение** (получение, создание, возникновение в опыте, уяснение) **знаний об объектах и действиях с ними;**

Составляющими первого макрокомпонента - **уяснение и построение содержания знаний и действий, усваиваемых в учении** — являются познавательные процессы селективного (выборочного) восприятия, понимания сообщений, эмпирического и теоретического мышления, реализуемые на основе **аналитико-синтетических операций** (различение, разделение, абстрагирование, отождествление, обобщение, объединение), а также **символические операции** (кодирование и декодирование речевых, искусственно-знаковых, схематических и других сообщений).

На первом этапе происходит возникновение в опыте учащегося новых знаний и действий их состава, структуры со всеми содержательными и формальными простыми и составными характеристиками и производными от них внешними параметрами.





## Личностно-деятельностный подход

- в основе лежит признание индивидуальности, самоценности каждого обучающегося, его развития как индивида, наделенного своим неповторимым субъектным опытом;
- предполагает взаимодействие учителя, родителей и сотрудников библиотек с детьми на основе веры в их позитивные читательские возможности.

### **Признаки личностного подхода в педагогическом процессе:**

- *принятие учителями, учащимися, их родителями единой концепции обучения и воспитания;*
- *в основе содержания педагогического процесса лежат общечеловеческие ценности;*
- *учащиеся включены в различные виды деятельности с учетом их интересов и склонностей;*
- *организация совместной деятельности педагогов и воспитанников происходит через различные активные методы, разнообразные формы и средства, отвечающие возрастным и индивидуальным особенностям учащихся;*
- *гуманистический характер межличностных отношений всех участников педагогического процесса.*

# Личностно-деятельностный подход

**Д. Б. Эльконина:**

- **двойственная направленность личностно-деятельностного подхода: с позиции педагога и с позиции учащегося.**
- **Гуманистическая, личностно-ориентированная направленность образовательного процесса**

## Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности

**Методы устного контроля.** Устный контроль осуществляется путем индивидуального и фронтального опроса. При индивидуальном опросе учитель ставит перед учеником несколько вопросов, отвечая на которые он показывает уровень усвоения учебного материала. При фронтальном опросе учитель подбирает серию логически связанных между собой вопросов и ставит их перед всем классом, вызывая для краткого ответа тех или иных учеников.

**Методы письменного контроля.** В процессе обучения эти методы предполагают проведение письменных контрольных работ, сочинений, изложений, диктантов, письменных зачетов и пр. Письменные контрольные работы, изложения, диктанты могут быть как кратковременными, проводимыми в течение 15—20 мин, так и занимающими весь урок. В последние годы все чаще стали применять контрольные письменные работы программированного типа. В таком случае учитель составляет перечень вопросов, предлагает для каждого из них на бланке возможные варианты ответов, одни из которых более полны и точны, другие менее полны и содержат некоторые неточности. Задача учеников состоит в том, чтобы выбрать из ряда ответов более точный и более полный. Письменные работы могут проводиться в виде графических задач, вычерчивания графиков определенных процессов и пр.

**Методы самоконтроля.** Существенной особенностью современного этапа совершенствования контроля в школе является всемерное развитие у учащихся навыков самоконтроля за степенью усвоения учебного материала, умения самостоятельно находить допущенные ошибки, неточности, намечать способы устранения обнаруживаемых пробелов.



## В. В. Давыдов ВЫДЕЛЯЕТ ЧЕТЫРЕ КОМПОНЕНТА УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

1) учебные ситуации или задачи;

Введение в учебную ситуацию обычно начинается с вопроса «как мы это делали», и дети с помощью учителя устанавливают порядок и логику действий при решении вопросов или задач определенного типа.

2) учебные действия, способы решения учебных задач;

В учебных действиях воспроизводятся и усваиваются общие способы решения учебных задач. Такие действия применяются для всех задач, например, анализ условия математической задачи, выражение учебного материала в виде формулы действия, таблицы, схемы, опорных слов, плана и т. п. Другие действия характерны для решения конкретных задач.

3) действия контроля;

Действия контроля также требуют специальной отработки. Это сопоставление своей работы с образцом, по-слоговое проверочное чтение написанного текста, припоминание правила в сомнительных случаях.



4) действия оценки.

Такая же тренировка нужна для усвоения действия оценки, чтобы дети умели делать вывод, что они усвоили, а чему еще надо учиться. С этой же целью и учителю следует не ограничиваться отметкой, а давать развернутый анализ усвоенных умений и знаний ученика.

## В. В. Давыдов ВЫДЕЛЯЕТ ЧЕТЫРЕ КОМПОНЕНТА УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

1) учебные ситуации или задачи;

Введение в учебную ситуацию обычно начинается с вопроса «как мы это делали», и дети с помощью учителя устанавливают порядок и логику действий при решении вопросов или задач определенного типа.

2) учебные действия, способы решения учебных задач;

В учебных действиях воспроизводятся и усваиваются общие способы решения учебных задач. Такие действия применяются для всех задач, например, анализ условия математической задачи, выражение учебного материала в виде формулы действия, таблицы, схемы, опорных слов, плана и т. п. Другие действия характерны для решения конкретных задач.

3) действия контроля;

Действия контроля также требуют специальной отработки. Это сопоставление своей работы с образцом, по-слоговое проверочное чтение написанного текста, припоминание правила в сомнительных случаях.



4) действия оценки.

Такая же тренировка нужна для усвоения действия оценки, чтобы дети умели делать вывод, что они усвоили, а чему еще надо учиться. С этой же целью и учителю следует не ограничиваться отметкой, а давать развернутый анализ усвоенных умений и знаний ученика.

## Возрастные особенности мотивов учебной деятельности

Возраст/Группа	Мотив
Первоклассники (дошкольники)	интерес к учению вообще стремление к взрослости
Младшие школьники	беспрекословное выполнение требований учителя (т.е. у большинства - социальная мотивация) получаемые отметки; престижный мотив; познавательный мотив (очень редко).
Средние классы	стойкий интерес к определённому предмету на фоне снижения общей мотивации к учению; мотив посещения уроков - «не потому, что хочется, а потому, что надо»; требуется постоянное подкрепление мотива учения со стороны в виде поощрения, наказания, отметок; потребность в познании и оценке свойств своей личности; главный мотив - стремление найти своё место среди товарищей (желаемое место в коллективе сверстников); особенность мотивации - наличие подростковых установок.
Старшие классы	основной мотив - подготовка к поступлению.

## Возрастные особенности обучающихся.

- ▶ В проектной деятельности могут с успехом участвовать дети всех возрастов. В *младшем школьном возрасте* ведущей является *учебная деятельность*. Происходит осознание себя как социального существа, становление чувства долга ответственности. Происходит постепенный процесс перехода от предметно-действенного к конкретно-образному мышлению, от произвольного запоминания к запоминанию словесных формулировок. Психические процессы неустойчивы, имеют яркую эмоциональную окраску
- ▶ В *среднем школьном возрасте* происходит ценностное самоопределение от учебной к *общественно-полезной деятельности*. Главной стороной жизни для обучающихся становится общение. Помимо познавательных мотивов, следует развивать сущностные мотивы: любовь к природе, любовь к Родине. В этом возрасте подросток начинает открывать для себя свой внутренний мир, у него развивается самосознание. Появляется стремление утвердить «Я» в системе общественных отношений. Более интенсивно у подростка в этом возрасте развиваются мыслительные способности. Он на более высоком уровне выполняет мыслительные операции: анализ, выделение главного сравнение, обобщение, классификация и др.
- ▶ В *старшем школьном возрасте* ценностные ориентации больше связаны с будущей работой, с зарабатыванием на жизнь. Ведущей выступает *учебно-профессиональная деятельность*. Формируется творческая индивидуальность, стремление к самореализации. В этом возрасте важно воспитание нравственной устойчивости, гражданского самосознания и создание условий для профессионального и личностного самоопределения. Поэтому программа соответствует возрастным особенностям и направлена на их интеллектуальное развитие, на социализацию в обществе.



Тема 3.3. Психологические основы воспитания.





## Принципы и методы воспитания

### Принципы воспитания:

- Индивидуального и дифференцированного подхода
- Принцип взаимодействия «дети - дорожная среда»
- Принцип взаимосвязи причин опасного поведения и его последствия: дорожно-транспортного происшествия
- Принцип возрастной безопасности
- Принцип социальной безопасности
- Принцип самоорганизации, саморегуляции и самовоспитания.

### Методы воспитания:

- Внушение
- Убеждение
- Пример
- Тренирование
- Поощрение





## Аспекты формирования личности спортсмена







## Психологические особенности тренировочной деятельности:

- обучение и воспитание, направленные на развитие личности спортсмена;
- совершенствование психологических процессов и свойств личности;
- адаптация к возрастающим физическим и психологическим нагрузкам;
- систематическое повышение ранее достигнутого и ставшего уже привычным уровня физического и психического развития (преодоление самого себя);
- подчинение себя строгой дисциплине, режима жизни решаемым задачам;
- отношение спортсмена к тренировочной деятельности и совершенство его системы мотивации;
- наличие специфического общения: 1) с тренером, который стремится побудить спортсмена к объемной и качественной работе (часто на пределе возможностей); 2) с товарищами, которые часто выступают в роли соперников или конкурентов;
- наличие психического напряжения, которое при определенных условиях может привести к психическому перенапряжению.

## Функции сознания:

- **познавательная**, которая реализуется в приобретении и накоплении знаний о природе, обществе и самом человеке;
- **творчески конструктивная**, проявляющаяся в опережающем отражении, в мысленном моделировании будущего;
- **систематизирующая функция, критически оценочная и описательная**;
- **регулятивно управленческая**, обеспечивающая разумное регулирование и самоконтроль поведения и деятельности человека
- **прогностическая** - предвидеть будущее, прогнозировать свои действия, строить планы и осуществлять их.

### Личностно-ориентированное образование –

это образовательный процесс, в котором:

- личность ученика и личность учителя выступают как его субъекты;
- целью образования является развитие личности ребёнка, его индивидуальности и неповторимости;
- в процессе обучения учитываются ценностные ориентации ребёнка и структура его убеждений, на основе которых формируется его "внутренняя модель мира", при этом процессы обучения и учения взаимно согласовываются с учётом механизмов познания, особенностей мыслительных и поведенческих стратегий учащихся, а отношения учитель-ученик построены на принципах сотрудничества и свободы выбора.



**Тема 3.4.** Психологические основы обучения двигательным действиям.

# Последовательность процесса обучения двигательному действию

## 1 этап - начальное разучивание

**Цель:** *Сформировать умение выполнять основу техники двигательного действия*

- 1. Создать общее представление о двигательном действии и установку на овладение им
- 2. Восстановить предшествующий опыт выполнения действий, близких по технике вновь изучаемому
- 3. Разучить звенья основы техники, не освоенные ранее, предупредить возникновение грубых ошибок
- 4. Добиться самостоятельного выполнения основы техники двигательного действия в целом



## **Установки в обучении двигательным действиям**

### **В общеподготовительном направлении**

- Передача основных знаний в области физической культуры
- Формирование фонда важных двигательных умений и навыков
- Обучение подготовительным упражнениям, применяющимся в качестве подводящих к основным двигательным действиям
- Обучение средствам воспитания физических качеств

### **В профессионально-прикладном направлении**

- Формирование и углубление имеющихся специальных знаний, способствующих успеху в избранном виде профессиональной деятельности
- Освоение новых двигательных умений и навыков, позволяющих достигнуть успеха в избранном виде профессиональной деятельности
- Достижение высокой степени выполнения умений и навыков

### **В спортивно-специализированном направлении**

- Формирование знаний в области теории и методики спортивной тренировки
- Формирование умений и навыков, позволяющих достигнуть высокого спортивного результата
- Развитие двигательных и психологических качеств, позволяющих достигнуть высокого спортивного результата

7



## **Этапы процесса обучения двигательному действию**

Первый этап - Ознакомление, первоначальное разучивание движения.

Второй этап - углубленное, детализированное разучивание, формирование двигательного умения.

Третий этап - формирование и дальнейшее совершенствование двигательного навыка, достижение двигательного мастерства.

### **РАЗДЕЛ 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

**Тема 4.1.** Психологическая характеристика деятельности и личность учителя физической культуры.

## Требования к личности спортивного педагога

*К личности педагога предъявляется ряд серьезных требований :*

Общая эрудиция, высокоразвитый интеллект.

Наличие специальных знаний в той области, которой педагог обучает детей.

Высокий уровень общей культуры и нравственности.

Профессиональное владение методами обучения, воспитания, тренировки.

Наличие педагогической направленности личности.

Педагогическая интуиция, предвидение.

Творческое мышление.

Все это составляет его педагогическую культуру.

## Специальные требования к учителю физической культуры:

- 1) знание теоретических и методических основ физического воспитания, медицинского контроля;
- 2) умение владеть технико-тактическими навыками и знание современных научно-методических достижений по своему виду спорта;
- 3) умение выбрать наиболее способных к данному виду спорта лиц;
- 4) способность планировать перспективную подготовку, учитывая их индивидуальные особенности;
- 5) умение воспитывать у своих студентов стремление регулярно заниматься спортом;
- 6) способность подготовить студентов к достижению высших результатов на соревнованиях.

## Требования к личности тренера, учителя (преподавателя) физической культуры

К основным личным качествам тренера, учителя (преподавателя), относятся: творческая активность, гибкость ума, трудолюбие, честность, бескорыстие, принципиальность, выдержка, требовательность, скромность, доброжелательность, культура.



### Задачи учителя физической культуры

1. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление здоровья.
2. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно - оздоровительной деятельностью.
3. Овладение технологиями современных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта специально-прикладными физическими упражнениями, техническими действиями.
4. Овладение системой знаний о физической культуре, как способе формирования здорового образа жизни и социальных ориентаций.
5. Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.
6. Овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.





# Профилактика профессионального выгорания

## ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К РАБОТЕ С ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ВЫГОРАНИЕМ

1. **Забота о себе и снижение уровня стресса:**
  - стремление к равновесию и гармонии, здоровому образу жизни, удовлетворение потребности в общении;
  - удовольствие;
  - умение отвлекаться от переживаний, связанных с работой.
2. **Трансформация негативных убеждений, чувства отчаяния, утраты смысла и безнадежности:**
  - стремление находить смысл во всем – как в значительных событиях жизни, так и в привычных, повседневных заботах;
  - стремление бороться со своими негативными убеждениями;
  - создание или принадлежность к какому-либо сообществу.
3. **Повышение уровня профессионального мастерства.**



## Качества, помогающие специалисту избежать профессионального выгорания

### ***Во-первых:***

- *хорошее здоровье и сознательная, целенаправленная забота о своем физическом состоянии (постоянные занятия спортом, здоровый образ жизни).*
- *высокая самооценка и уверенность в себе, своих способностях и возможностях.*

### ***Во-вторых:***

- *опыт успешного преодоления профессионального стресса;*
- *способность конструктивно меняться в напряженных условиях;*
- *высокая мобильность;*
- *открытость;*
- *общительность;*
- *самостоятельность;*
- *стремление опираться на собственные силы.*

### ***В-третьих:***

- *способность формировать и поддерживать в себе позитивные, оптимистичные установки и ценности — как в отношении самих себя, так и других людей и жизни вообще.*

**Тема 4.2.** Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте.  
Психология спортивного соревнования.

## Психологические особенности соревновательной деятельности

### Соревнование – атрибут спортивной деятельности

#### Общие психологические особенности:

- соперничество - спорту присуща борьба за высшие достижения: победу или лучший результат
- высокая общественная и личностная значимость для каждого спортсмена самого процесса борьбы и её исход
- стремление к достижению наивысшего результата в меру возможностей спортсмена
- Спортивные соревнования являются специфическим фактором, создающим экстраординарные эмоционально-волевые состояния спортсмена

### Психологические особенности тренировочной деятельности

- Обучение и воспитание направлены на развитие личности спортсмена.
- Совершенствование психологических процессов и свойств личности.
- Адаптация к возрастающим психическим и физическим нагрузкам.
- Систематическое повышение ранее достигнутого.
- Подчинение себя строгой дисциплине.
- Отношение спортсмена к тренировочной деятельности через систему мотивации.
- Наличие специфического общения.
- Наличие психического напряжения (перенапряжения).
- Психологические особенности соревновательной деятельности:
  - Соревнование обладает стимулирующим влиянием.
  - Во время участия присутствует стремление к победе или улучшению результата.
  - Влияние на статус спортсмена в обществе.
  - Результаты имеют личную значимость (целесообразность затрат, времени и усилий).
  - Соревнования как специфический фактор оказывает как положительное так отрицательное влияние на результат деятельности и на самого спортсмена



## Психологические особенности

1. Экстремальность условий деятельности спортсмена, их стрессогенный характер

2. Предметность (спортивное достижение / образовательный, воспитательный и оздоровительный эффект).

3. Стремление к совершенствованию в избранном виде спорта и достижению наивысших результатов в нем.

4. Наличие спортивной борьбы (особенно во время соревнований), которая сопровождается ярко выраженными эмоциями (спортивная злость, азарт ..

5. Взаимодействие участников спортивной деятельности (соперничество и сотрудничество).

## ПОНЯТИЯ ПЕРЕТРЕНИРОВАННОСТИ И ПЕРЕНАПРЯЖЕНИЯ

### • Синдром перетренированности

- Накопление тренировочного и / или нетренировочного стресса, приводящее к долгосрочному снижению производительности с наличием или без связанных физиологических и психологических признаков и симптомов перетренированности, при которых восстановление производительности может занять от нескольких недель до нескольких месяцев.

### Синдром перенапряжения

- Накопление тренировочного и / или нетренировочного стресса, приводящее к кратковременному снижению производительности с наличием или без связанных физиологических и психологических признаков и симптомов перетренированности, при которых восстановление производительности может занять от нескольких дней до нескольких недель.
- Выделяют так же понятие острого физического перенапряжения, которое возникает во время или после однократной физической нагрузки, превышающей функциональные возможности организма и характеризующееся резкой слабостью, тошнотой, одышкой, сердцебиением, падением артериального давления.



## Состояния напряженности, возникающие в процессе подготовки к соревнованиям

### Факторы, влияющие на динамику предсоревновательного психического напряжения:

- Уровень притязаний спортсмена
- Состав участников соревнований
- Организация соревнований
- Поведение окружающих спортсмена людей (особенно тренера).
- Индивидуально-психические особенности спортсмена.
- Особенности вида спортивной деятельности и соревновательного упражнения.
- Степень овладения способами саморегуляции.
- Психологический климат в коллективе.



## Основные причины, влияющие на возникновение и изменение предсоревновательных психических состояний

Причины психических состояний	Характеристика причин
Значимость соревнований	Соотношение цели и уровня подготовленности спортсмена (абсолютная значимость). Слабая подготовленность требует снижения цели; высокий уровень подготовленности позволяет принимать более значительные цели. Все это дает благоприятную динамику психического напряжения. Значимость определяется масштабом соревнований (относительная значимость)
Состав участников соревнований	Наличие сильных соперников, что повышает достоверную значимость. Поэтому необходима информация о противнике, чтобы снять излишнее напряжение
Организация соревнований	Торжественность открытия, регламент соревнований, своевременность стартов, объективность судейства и т.п.
Поведение окружающих спортсмена людей (особенно тренера)	Продуманность общения тренера со спортсменом. Проявление волнения, суетливости, преждевременное объявление планируемого результата и т.п. - все это оказывает отрицательное влияние на состояние спортсмена

## Основные причины, влияющие на возникновение и изменение предсоревновательных психических состояний

Причины психических состояний	Характеристика причин
Индивидуальные психологические особенности	Свойства нервной системы и качества личности спортсмена. Это и диктует индивидуальный стиль деятельности и регулирует действия и переживания
Особенности вида спорта и соревновательного упражнения	Условия, средства и методы выполнения определенного типа деятельности, характерного для данного вида спорта
Степень овладения способами саморегуляции	Способность своевременно и умело использовать способы саморегуляции. Может оказывать положительное или отрицательное влияние на предстартовое состояние
Психологический климат в коллективе	Характер и особенности взаимоотношений в коллективе

## Послесоревновательные психические состояния

Субъективное отношение спортсмена к поражению в соревновании, как и отношение к победе, бывает положительным и отрицательным. При этом чаще всего имеют место следующие эмоциональные состояния:

- 1) **чувство угнетения**, выражающееся в упадке сил, потере уверенности в своих силах, иногда в обиде и разочаровании, зависти по отношению к более счастливым товарищам;
- 2) **чувство апатии**, безразличия, перерастающее нередко в чувство незаинтересованности данным видом спорта и даже спортивной деятельностью в целом; это чувство нередко приводит к тому, что спортсмен прекращает не только выступать в соревнованиях, но и тренироваться;
- 3) **активные эмоции**, характеризующиеся стремлением преодолеть свои недостатки, повысить свое спортивное мастерство и таким образом добиться победы в следующих соревнованиях

## Послесоревновательные психические состояния

Отрицательные эмоциональные состояния при спортивном успехе могут возникнуть в результате легких побед, добытых без особой спортивной борьбы.

К числу этих состояний относятся:

- 1) зазнайство, переоценка своих спортивных качеств;
- 2) неоправданная самоуверенность;
- 3) беспечное, пренебрежительное отношение к дальнейшей тренировочной работе.



## Состояние «стартовой лихорадки»

- 1) сильное волнение, иногда подавляющее и дезорганизирующее деятельность спортсмена;
- 2) неустойчивость эмоций, быстрая смена одних другими, противоположными;
- 3) расстройство внимания, рассеянность, неспособность сосредоточиться, быть «собранным» к предстоящим ответственным действиям;
- 4) ослабление памяти — в состоянии стартовой лихорадки спортсмен нередко забывает многие важные моменты, которые должны быть учтены в предстоящем соревновании.

# Состояние боевой готовности

Это состояние характеризуется следующими особенностями:

- 1) сосредоточенностью внимания на предстоящем соревновании, повышением объема внимания;
- 2) обострением процессов восприятия и мышления;
- 3) стеническими эмоциями, содействующими успешному участию в соревновании.

## **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 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 насколько осознанно 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 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 x 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 окончании 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 указания для подготовки к промежуточной аттестации.***

Изучение 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.

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

**КОНСПЕКТЫ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**1. Психология физической культуры и спорта.**

2. Тема 3.1. Психологическая характеристика физической культуры (предмет, задачи и методы).

3. Цели занятия: *познакомить студентов с психологической характеристикой физической культуры.*

4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	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.	лекция, диалог, рассказ.

5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

Введение.

**Психологические характеристики ФВ.** В процессе ФВ развиваются двигательные способности (сила, быстрота, ловкость, гибкость, выносливость) и двигательные навыки (бег, прыжки, гимнастические упражнения, приемы спортивных игр).

-----  
**Физическое воспитание** — это педагогический процесс, направленный на формирование двигательных знаний, умений и навыков, физическое развитие человека, а также формирование личностных качеств занимающихся.  
-----

Цель ФВ — подготовка человека к реализации своей физической и психической активности в трудовой деятельности и при выполнении социальных обязанностей. В процессе ФВ формируются потребности в занятиях физическими упражнениями, положительное отношение к физической



культуре, ценностные ориентации, убеждения, привычки. На современном этапе развития общества возрастают требования к физической подготовленности человека, необходимой для успешной самореализации.

ФВ — это учебно-воспитательный процесс, в котором четко определены роль педагога-специалиста (учителя физической культуры, инструктора), место и функции воспитанников (учеников, занимающихся), условия их совместной деятельности. Занятия по ФВ организовываются в соответствии с общедидактическими принципами любого педагогического процесса: сознательности и активности, систематичности, наглядности, доступности и индивидуализации. В то же время, занятия по ФВ имеют свои специфические принципы: непрерывности, прогрессирования воздействий, цикличности, возрастной адекватности педагогического воздействия, построения занятий<sup>1</sup>.

В процессе развития человека меняются формы его тела (увеличиваются рост и вес), совершенствуются физиологические системы (мышечная, сердечно-сосудистая, нервная и другие), расширяются функциональные возможности организма. Все эти процессы зависят от физической активности человека. Учитывая объективные закономерности возрастных изменений организма и психики можно создавать условия для развития жизненно важных физических качеств и двигательных умений. В зависимости от возраста занимающихся выделяют доминирующие формы ФВ (табл. 3.1).

**Соотношения возрастных периодов индивидуального физического развития и доминирующих форм физического воспитания (по Л. П. Матвееву)<sup>1</sup>**

Возрастной период развития	Доминирующая форма ФВ
Внутриутробный период. Грудной период – до одного года. Детские периоды – до 11–12 лет	Базовое ФВ
Подростковый период – до 15–16 лет	Базовое ФВ, Спорт, Тренировка в других видах двигательной активности, Профессионально-прикладная физическая подготовка
Юношеский период – до 20–21 года	Общая физическая подготовка, Спорт, Тренировка в других видах двигательной активности, Профессионально-прикладная физическая подготовка
Период зрелого возраста: первый – до 35 лет; второй – до 55 (женщины) и 60 (мужчины) лет	Общая физическая подготовка, Физкультурно-кондиционная тренировка, Профессионально-прикладная физическая подготовка
Период пожилого возраста – до 74 лет	Физкультурно-кондиционная тренировка, Физкультурные занятия оздоровительно-реабилитационной направленности
Период старческого возраста – до 90 лет и долгожительства	

<https://www.youtube.com/watch?v=Lg3mEZmTEZI>

Возрастная психология. Теория физического воспитания.

**Психология ФВ как научная дисциплина.** Знания психологических особенностей учащихся позволяют учитывать их возраст, темперамент, мотивы, отношения и т.д. в процессе развития двигательных способностей и обучения двигательным навыкам, а также воздействовать посредством занятий ФВ на формирование личностных свойств. Изучение личностных и профессиональных качеств преподавателей (распределение и переключение внимания в процессе занятий, общительность, креативность, стиль руководства и т.д.) необходимо для повышения педагогического мастерства учителей физической культуры – совершенствования педагогического такта, поведения в сложных ситуациях и т.д. На основании исследо-

ваний коллективов, занимающихся ФВ, можно разработать рекомендации по формированию навыков сотрудничества, взаимопомощи и т.п.

---

**Психология физического воспитания** изучает закономерности проявления и развития психики в специфических условиях организованной двигательной активности в рамках учебно-воспитательного процесса.

---

*Предмет психологии ФВ* – человек как личность в физическом образовании и воспитании, а также психологические особенности организации педагогического процесса в сфере занятий физической культурой.

*Объекты психологии ФВ:*

- воспитанники детских садов, учащиеся школ, высших и средних специальных учебных заведений;
- преподаватели физической культуры;
- коллективы занимающихся физическим образованием (классы, группы).

При исследовании *процесса обучения* выделяют *учение* – деятельность обучаемого по овладению знаниями, умениями и навыками и *преподавание* – деятельность педагога по организации учебного процесса. Данные о закономерностях формирования двигательной сферы и о психолого-педагогических аспектах преподавания физической культуры могут повысить эффективность усвоения знаний и оптимизировать развитие двигательных умений и навыков.



На основании научных исследований спортивные психологи разрабатывают рекомендации, обучают и консультируют преподавателей физической культуры. Главными направлениями психологической помощи специалистам по ФВ являются:

- учет особенностей возраста с целью определения периодов, сензитивных для развития психических функций, процессов, качеств;
- учет типологических и личностных качеств занимающихся для подбора средств и форм ФВ, чтобы процесс обучения был наиболее эффективным, интересным и эмоционально привлекательным;
- организация взаимодействия и общения педагога с занимающимися для обеспечения благоприятного психологического климата во время занятий.

В психологии ФВ используются *классические психологические методы исследования* – наблюдение, опрос, эксперимент, а также *специальные методы*, обусловленные конкретными условиями организации педагогического процесса – педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение, тестирование физической подготовленности спортсмена и др.

При помощи этих методов решаются следующие *задачи психологии ФВ*:

- определение психологических закономерностей, которые обеспечивают эффективность формирования физической культуры конкретного человека;
- разработка и внедрение способов психологического обеспечения физической культуры.

Важнейшими психолого-педагогическими задачами являются формирование положительной мотивации к занятиям, интереса к физической культуре и спорту, воспитание морально-нравственных качеств (честность, коллективизм и т.д.).

**Взаимодействие с аудиторией** (проблемные ситуации, вопросы и ответы, последовательная коммуникация, примеры, изучение потребностей, групповые предложения.)

## Занятие 2.

### 1. Психология физической культуры и спорта.

2. Тема 3.2. Психологические основы обучения.
3. Цели занятия: изучить психологические основы обучения.
4. Структура лекционного занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1.	Изучить: <i>Концепции обучения и их психологические основания. Соотношение обучения и воспитания. 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.</i>	Беседа, диалог, рассказ.

### 5. Содержание лекционного занятия и взаимодействие с аудиторией.

### **Концепции обучения и их психологические основания.**

По мере информационно-технологического развития общества и повышения требований к личностному и образовательному уровню каждого следующего поколения все более остро встает вопрос о совершенствовании и научном обосновании системы обучения. С тех пор как общество начало создавать специальные образовательные структуры, стали возникать и научные теории, направленные на совершенствование этих структур. В настоящее время существуют многочисленные теории, концепции, разработки, объединенные под общим названием "педагогические технологии". В категорию "педагогические технологии" включены довольно разнородные исследования: от конкретных дидактических схем до методологических психологических концепций, обосновывающих фундаментальные подходы к анализу учебной деятельности. Учитывая специфику рассмотрения учебной деятельности с точки зрения психологии обучения, мы должны проанализировать те теории и концепции, которые раскрывают личностно-психологический аспект обучения.

В рамках *традиционного подхода*, при котором целью обучения ставилось формирование знаний, умений и навыков, доминировал анализ отдельных элементов учения. Как правило, учебная деятельность рассматривалась на результативном уровне, в абстрагировании от субъекта и объекта деятельности. Ученик воспринимался как формальная фигура, "приемник и накопитель" информации, передаваемой в виде знаний, умений и навыков.

Современная ситуация диктует новые требования. Тезис "научить знаниям" заменен тезисом "научить получать знания". Абстрактный "ученик" не существует, мы имеем дело с уникальным "Я", личностью ребенка, причем личностью развивающейся. В психологии современный прогрессивный взгляд на обучение реализуется в двух взаимодополняющих друг друга подходах: деятельностном и систем генетическом.

*Деятельностный* подход изначально строился как психолого-педагогическая концепция с ориентацией на практическое применение в рамках психологии обучения. Основоположителем деятельностного подхода является Л. С. Выготский. Именно он первый выдвинул идею о том, что развитие осуществляется путем овладения в ходе обучения специальными орудиями. Функцию орудия выполняет знак (например, слово). По мере освоения манипулирования знаками ("действий с орудиями") развиваются психические функции. Освоение знаков и освоение действий с ними является основой развивающего обучения. Освоение осуществляется за счет механизма *интериоризации*. Интериоризация выступает как формирование внутренних психических структур через внешнее воздействие. Обучение - есть прежде всего интериоризация внешней деятельности во внутреннюю психическую деятельность. Идеи Л. С. Выготского плодотворно разрабатывались отечественными учеными А. Н. Леонтьевым, А. В. Запорожцем, П. Я. Гальпериным, Д. Б. Элькониним, В. В. Давыдовыми др. В результате были сформулированы категориальные рамки деятельностного подхода, которые можно выразить следующим образом:

- единицей рассмотрения учебной деятельности в рамках деятельностного подхода является действие. Это может быть специфическое "действие со знаком", "целенаправленные учебные мыслительные действия", или "умственные действия" и т.д.

Основным психологическим механизмом учебной деятельности является интериоризация.

Оценка уровня развития, т.е. эффективности процесса учения проходит на результативном уровне.

Формирование личности идет за счет воспитания, "социализации" (т.е. включения ребенка в систему социальных отношений).

Рассматривая различные подходы к организации учебной деятельности, необходимо помнить, что любая система обучения вызывает не только изменения в познавательной сфере ученика, но и существенную перестройку его личности. Если формирование личности не входит в центральную задачу организации учебной деятельности, то личностное развитие происходит стихийно, непредсказуемо, а иногда и дефектно. Современный подход диктует требование считать главным в обучении личностное развитие. Наиболее плодотворно эта задача решается в рамках систем генетического подхода, который используют прежде всего личностно-ориентированные, гуманистические концепции.

Второй подход, *систем генетический*, сформировался в рамках общей концепции изучения психики человека. Отечественные психологи обосновали идею системного формирования деятельности и психических способностей. Представление об уровне, иерархическом построении деятельности в ходе учения позволило вскрыть существенные механизмы психических изменений, рассмотреть учебную деятельность с ее "внутренней", процессуальной стороны. Наиболее полно именно в рамках обучения уровеньный анализ представлен в концепции В. Д. Шадрикова. По мнению автора, в ходе учения у ученика формируется ряд иерархически связанных уровней, представляющих систему учебной деятельности. Таких уровней можно выделить шесть:

*Личностно-мотивационный*. Учеба начинается с "принятия" ее учеником. Формируется мотивация на учебу (например, интерес). Определяется отношение ученика к предмету, учителю, способу преподавания и т.д. Развертывается познавательная и другие потребности, притязания, ценности, социальные связи и т.д.

*Компонентно-целевой*. Учащийся осваивает действия, с помощью которых можно усвоить предлагаемую информацию или применить ее на практике. Каждое действие имеет цель и значение. Эти составляющие действия приняты учеником настолько, насколько они могут быть согласованы с его субъективными способностями и возможностями.

*Структурно-функциональный.* Осваиваемые знания, навыки, учебные действия имеют эффективность только в том случае, если они встроены в единую систему учебной деятельности. Следовательно, между ними должны сформироваться определенные связи, обеспечивающие динамический (приспособительный) характер деятельности. Формирование связей между отдельными компонентами и определение их весомости для данной деятельности и происходит на структурно-функциональном уровне.

*Информационный.* Осуществляя учебную деятельность, ученик постоянно "вращается" в информационном поле. Однако усваивает он не всю информацию, а только "необходимую и достаточную" для решения стоящих перед ним задач. Таким образом, формируется ориентировочная основа учебной деятельности, которая может обеспечивать тот или другой уровень успешности деятельности.

*Психофизиологический.* Это уровень физиологических и психофизиологических систем, активационных механизмов, обеспечивающих энергетику деятельности учения.

*Индивидуально-психологический.* Каждый ученик осуществляет учебную деятельность по-своему. Задействовано разное сочетание способностей и их уровней развития, в каждой учебной ситуации активизированы различные психические функции (например, данное задание один ученик выполнит на уровне заучивания, другой - на уровне формально-логического понимания, третий - на уровне творческого решения).

Перечисленные уровни формируются и действуют не последовательно, а одновременно, обеспечивая формирование у ученика цели, образа деятельности, концептуальной модели, ориентировочной основы, способностей к учебе. Системно-уровневый анализ раскрывает собственно психологические механизмы овладения деятельностью учения. Данная концепция имеет универсальный характер и одинаково успешно может применяться как для анализа учебной деятельности, так и для профессиональной. В центре обучения находится конкретный человек, и система анализа предусматривает изучение способностей, интересов, целей, особенностей психических процессов и качеств личности. Особенное значение этот подход нашел в реализации принципа индивидуализации обучения.

Основные положения систем генетического подхода, внесенные в психологию обучения, заключаются в следующем:

- - раскрытие механизмов учения на процессуальном уровне;
- - формирование в ходе деятельности учения системы способностей. Наличие определенного уровня одаренности у каждого ребенка;
- - индивидуально-личностный подход к ребенку.

Как уже было сказано, деятельностный и системно-генетический подходы не противостоят друг другу, а взаимно дополняют. Современная психология обучения гармонично сочетает в себе достижения различных концепций, реализуя их в разнообразных практических технологиях обучения.

Приведенная ниже схема 2 позволяет более четко представить, какие задачи и принципы теории и практики обучения решает преимущественно тот или другой подход и в каких вопросах их роль равнозначна.



## **Схема 2. Соотношение методологических подходов и задач обучения**

Указанные подходы обеспечивают научную методологическую базу для решения практических задач оптимизации учебной деятельности. Однако собственно решение реальных практических задач осуществляется через психологически ориентированные методические модели и технологии, внедряемые в практику образования. Рассмотрим некоторые конкретные группы, выделенные по основному психологическому содержанию, т.е. по тем психологическим механизмам, закономерностям или феноменам, которые лежат в основе теории.

*Группа "формирующих" теорий.* В нее входит все многообразие научно-практических разработок (концепций, моделей), в основе которых лежит управление процессом обучения, формирование учебной деятельности и умственных действий. Примером подобной теории может служить теория П. Я. Гальперина.

**Теория П. Я. Гальперина.** Широко известной теорией, в основе которой лежит учебное действие, является теория "поэтапного формирования умственного действия", предложенная П. Я. Гальпериным. В данной теории развитие интеллекта связано с целенаправленной системой действий и операций. Концепция П. Я. Гальперина была призвана обеспечить управление процессу обучения.

В обычных условиях обработка информации осуществляется в "поле прогноза". Это значит, что умственная деятельность должна обязательно включать в себя оценку и анализ того, что есть, и того, что может быть. Умственная деятельность определяется в данном случае как сложная системная структура умственного акта, включающая информацию, мотивацию, собственно операцию и личностное отношение. Формирование умственной деятельности — это прежде всего создание условий для ее развития. Основные понятия "теории поэтапного формирования умственных действий" сформулированы П. Я. Гальпериным еще в 1956 г. С того времени теория постоянно развивалась. В современном варианте концепция П. Я. Гальперина базируется на принципе иерархической системы. В основу формирования системы умственных действий у личности закладываются три базовые подсистемы.

Первая подсистема *ориентировки*, т.е. информационных признаков, на которые должен опираться учащийся для выполнения требуемой операции. Эта подсистема обеспечивает ученику полноту ориентировки в проблемной ситуации. Ориентировка в проблемной ситуации включает представление о конечном результате, условиях его достижения, о средствах и контроле достижения конечного результата. В результате таких представлений у ученика и формируется подсистема ориентировки в том действии или условиях его выполнения, которое провоцируется учебной деятельностью. Ученику задаются единицы умственной деятельности, с помощью которых он сможет конструировать образы и объекты реальности.

Вторая подсистема *интериоризации*. Эта подсистема обеспечивает перенос действия в умственный план. Она включает суммарное описание тех преобразований, которые необходимо произвести, чтобы действие из сенсомоторного превратилось в умственное. Такое построение является своего рода нормативным эталоном действия и включает шесть этапов:

- - 1-й этап. Формирование мотивационной основы действия. На этом этапе у ученика определяется отношение к самому действию, его субъективный смысл;
- - 2-й этап. Формирование схемы ориентировочной основы действия. Ученик воспринимает нормативный эталон действия в виде специальных знаний и формирует у себя систему необходимых и достаточных информационных признаков действия, позволяющих ему сориентироваться в содержании и последовательности осваиваемого действия;
- - 3-й этап. Формирование материализованного действия. Новое для себя действие ребенок не может выполнить сразу в умственном плане. Вначале ему необходимо осуществить его как внешне опосредованное действие. Чем оно сложнее, тем сложнее материализация. Если действие имело аналоги в прошлом опыте ученика, то материализованных компонентов может быть очень немного, но никогда они "не сходят на нет". Самой типичной формой материализации является план действия. В нем последовательно закрепляются образы операций по совершению действия;
- - 4-й этап. Формирование действия в плане социализированной речи. Все компоненты действия должны быть описаны словами - вербализованы. Степень развернутости вербализации зависит от возраста, речевого развития, от возможности описания конкретного элемента действия;
- - 5-й этап. Формирование действия во внешней речи "про себя". Это промежуточный этап. Ученик, осуществляя действие "про себя", проговаривает все основные компоненты действия. Но внутренняя речь имеет развернутую форму и "созвучна" внешней речи. На этом этапе отпадают внешние опоры действия и заменяются символами (словами). По Выготскому, происходит "генез знака";
- - 6-й этап. Формирование умственного действия во внутреннем плане. От устной речи ученик переходит к умственному осуществлению действия и вербализации непосредственно результата. Словесные опоры свертываются, а элементы действия переходят на подсознательный уровень контроля. Происходит становление умственного действия.

Рассмотрим указанные этапы на конкретном примере формирования навыка счета. При обучении ребенка умственному действию счета вначале ему объясняют, как важно уметь считать, затем ставят его в ситуации, требующие владения навыками счета или понятия количества: "Подели конфетки на всех", "Возьми себе больше слив" (1-й этап). Затем ребенка знакомят с основными информационными признаками действия счета:



"уменьшение-увеличение количества", символами цифр и т.д. (2-й этап). Следующий шаг - осуществление арифметических действий сложения-вычитания в материализованной форме: на палочках, предметах, на пальцах и т.п. (3-й этап). Теперь задачи решают в устной словесной форме: учитель вслух подробно проговаривает условия задачи, а дети подробно рассказывают, как они будут ее решать, и вслух делают вычисления (4-й этап). Когда ученики начинают успешно справляться с решениями задач в устной форме, им предлагается решить задачу в тетради "молча". Нередко можно увидеть, как при решении у ребенка беззвучно шевелятся губы, "произнося" последовательность вычислений (5-й этап). Наконец навык счета сформирован. Ребенок выслушивает условия задачи и сразу "в голове" приступает к ее решению, произнося вслух только полученный результат. Операции решения и счета у него максимально свернуты и оперативны (6-й этап).

Таким образом, происходит процесс интериоризации внешнего сенсомоторного действия во внутренний план и осуществляется формирование умственного действия.

Третья подсистема *контроля*. Для эффективного выполнения умственного действия все его элементы должны постоянно контролироваться. Для этого необходимо задать ученику разные ситуации его осуществления. Выполняя требуемое действие, ребенок формирует критерии оценки его сущностных составляющих, которые становятся основой подсистемы контроля, переходящей в самоконтроль умственного действия.

В результате формирования всех указанных подсистем происходит субъективное задание оптимальных условий для построения умственного действия.

*Группа "интеллектуальных" теорий* объединяет в себе концепции, технологии, модели, основой которых является формирование интеллектуального опыта ребенка, развитие мышления. Ярким примером является теория В. В. Давыдова - Д.Б. Эльконина.

*Теория В. В. Давыдова - Д.Б. Эльконина*. Строго говоря, в данном случае мы имеем дело не с одной теорией, а рядом концептуальных положений, в разное время разработанных Д.Б. Элькониним и В. В. Давыдовым, но настолько гармонично дополняющих друг друга, научно обоснованно вписывающихся в практику, что на сегодняшний день аксиоматично сложилась единая концепция.

338

Основные тезисы теории базируются на методологическом постулате Л. С. Выготского об опережающей роли развития. Динамика развития вскрыта в *учении о возрастной периодизации развития*, разработанном Д.Б. Элькониним. Каждому возрастному периоду соответствует особая ведущая деятельность, которая обуславливает главные изменения в личности. Он выявил связь между периодом развития, системой типичных социальных отношений ребенка и уровнем знаний и способностей. В результате таких соотношений ребенок с раннего возраста приобретает богатый теоретический и эмпирический опыт. Однако последний не очевиден и в большинстве случаев не используется школой. Потенциал ребенка значительно выше, чем его реализация в школьной практике. Возникает задача интенсифицировать деятельность учения, совершенствовать методы организации обучения.

Подобное совершенствование обеспечивается, по В.В. Давыдову, развитием *специальных мыслительных действий* (способов). Способы мышления делятся на две большие группы: *рассудочные* (эмпирические) и *разумные* (диалектические). Диалектические способы обеспечивают освоение абстракций, теоретических знаний. Они более высокоуровневые, чем эмпирические способы. Опираясь на концептуальные положения Л.С. Выготского о роли символических операций ("действий с знаками") в развитии, В.В. Давыдов постулирует идею о первичном формировании абстрактных понятий (системы символов), через которые познается конкретное эмпирическое знание.

Восхождение *от абстрактного к конкретному* становится универсальным принципом освоения учебного материала. В соответствии с этой теорией освоение учебного предмета спиралевидно идет от абстрактно-общего центра к частным периферийным представлениям. Устанавливая, таким образом, существенную и всеобщую связь, ребенок находит общую генетическую основу для всех частных проявлений. В основе такой деятельности лежит операция *обобщения* - важнейшая операция мыслительной деятельности в учении. Она направлена на решение особых *"учебных задач"*, суть которых состоит в овладении обобщенными способами действий, ориентированных на общие отношения осваиваемой предметной области. Так обеспечивается развивающее обучение. В ходе такой деятельности у ребенка активизируется и формируется познавательная потребность и соответствующая мотивация. Ребенок ведет себя как активный субъект познания, реализуясь как уникальная личность.

*Группа "личностных" теорий*. Современная практика обучения требует ставить в центр деятельности личность ученика. На это направлена группа теорий, ядром которых является общее развитие личности детей. Это направление носит название гуманистического. Примером может служить модель организации учебно-воспитательного процесса, предложенная Ш.А. Амонашвили.

*Теория Ш.А. Амонашвили*. Теория известного грузинского педагога Ш.А. Амонашвили [13] является в полном смысле слова психолого-педагогической технологией. Сугубо практический подход к гуманизации школьного обучения позволил Ш.А. Амонашвили создать положения, в основе которых лежит тезис о сочетании учебного опыта ребенка с формированием его нравственных установок. Это является результатом совместной деятельности педагога и ученика. Каждая нравственная ситуация, возникающая в группе детей, анализируется и "проживается" в школе Ш.А. Амонашвили всем классом вместе с учителем. Одна из целей учебной деятельности

- духовная общность между учителем и его учениками, перестройка внутренних установок ребенка на процесс самопознания и саморазвития. Для формирования личностной уникальности ученика, по мнению Ш.А. Амонашвили, необходимо дать ему веру в себя, в свои способности. Ребенка в школе должны окружать любовь, ласка, уважение и мудрость со стороны прежде всего учителя.

Синтез "интеллектуальной" и "личностной" группы реализован в концепции коллективного способа обучения (КСО).

**Теория коллективного способа обучения (КСО) В.К. Дьяченко.** Данная концепция явилась в свое время попыткой радикально решить основные проблемы традиционного школьного обучения: отсутствие индивидуального подхода к ученику, неадекватность в оценке познавательных возможностей ученика, пассивность и низкая самостоятельность детей на уроке, использование нерациональных методов обучения. По мнению автора, концепция КСО избавлена от указанных недостатков.

Основное внимание в КСО акцентируется на понятиях "коллектив" и "коллективное обучение". Дьяченко дает следующее определение: "коллективным можно назвать лишь такое обучение, при котором коллектив обучает и воспитывает каждого своего члена, и каждый член активно участвует в обучении и воспитании своих товарищей по совместной учебной работе". Именно по этому принципу и строится обучение в технике КСО. Каждый ученик класса в течение занятий выполняет функции и ученика и учителя. Структурной единицей такой формы организации является *общение* учащихся в парах смешанного состава, которые в процессе урока меняются. Следует сказать, что общение в КСО является доминирующим механизмом взаимодействия и по времени, и по содержанию. Ближайшая цель каждого участника занятий - научить другого через общение всему тому, что знает и изучает сам. Каждую изучаемую тему участник занятий может излагать другим ученикам, работая с каждым по очереди до полного, прочного и всестороннего овладения вопросом. В результате каждый отвечает не только за свои знания и учебные успехи, но и за знания и успехи товарищей по учебной работе. В технике КСО, по мнению авторов, происходит полное совпадение коллективных и личных интересов: чем больше и лучше я обучаю другого, тем больше и лучше я знаю сам. Основная задача педагога - организация и руководство процессом КСО.

По мнению известного психолога А.Г. Асмолова, система КСО формирует более ценную социально-педагогическую структуру класса, чем традиционная система обучения. Взаимодействие на основе сотрудничества позитивно влияет на формирование личности ученика.

Следующая группа может быть условно названа "моделями активных методов обучения". В рамках этого направления разрабатываются идеи развития познавательной активности через активные методы обучения, и *проблемное обучение*. "Проблемное обучение заключается в создании (организации) проблемных ситуаций, осознании, принятии и разрешении этих ситуаций в процессе совместной деятельности ученика и преподавателя при максимальной самостоятельности первого и направляющем руководстве второго". Классические положения проблемного обучения изложены в концепции А.М. Матюшкина.

**Теория А.М. Матюшкина.** В основе теории проблемного обучения лежит идея о формировании познавательной активности личности через создание соответствующих дидактических и психологических условий. Этого можно достигнуть только в случае понимания обучения как личностно-опосредованного процесса взаимодействия учителя и ученика в рамках самоактуализации и сотрудничества. По мнению автора концепции, определяющими понятиями являются "задача" и "проблемная ситуация". Задача понимается как специфически поставленная цель в системе соответствующих условий, т. е. она должна включать цель решения, наличные условия ситуации и вопрос о способе достижения указанной цели. Когда подобная задача встает перед учеником, то он воспринимает ее как проблемную ситуацию. Проблемная ситуация, по А.М. Матюшкину, характеризуется как активное психическое состояние, возникающее у личности при выполнении задачи в условиях субъективного открытия "новых знаний". Таким образом, ядром проблемной ситуации становится неизвестное новое знание, которое, собственно, и должен открыть для себя ученик, чтобы достигнуть поставленной цели. Для решения этой задачи ученику необходимо использовать специальные действия поиска нужного знания, его логических связей и обобщения информации. Сущность проблемного обучения, таким образом, сводится к активной мыслительной обработке задания и самостоятельного вывода. Роль педагога состоит в корректировке действий ученика. Процесс проблемного обучения включает два этапа:

- - постановку и усвоение проблемной ситуации;
- - поиск неизвестного в проблемной ситуации (главное звено в проблемном обучении).

Второй этап осуществляется учеником самостоятельно или с помощью педагога. Однако роль учителя сводится к созданию условий, которые способствуют созданию у ученика потребности в поиске нового знания. В условиях школьного обучения проблемная организация учебной деятельности имитирует условия творческого поиска и формирует у учащихся креативные способности и творческое мышление. Подобная деятельность развивает у учащихся интерес, удовлетворенность учебным процессом, активизацию потребности самоактуализации и в целом формирует творческую личность.

Другой тип активизации учебного процесса, возникший независимо от проблемного обучения, выразился в появлении так называемых активных методов обучения, разработанных в психологии и использующих объективные механизмы и закономерности развития психики. Как и в проблемном обучении, основной идеей остается представление об активности личности в обучении. *Активные методы обучения - это ускоренные способы обучения, направленные прежде всего на развитие и совершенствование психических навыков и*

личностных способностей ученика, необходимых для реализации учебной деятельности. При использовании активных методов освоение знаний идет как процесс взаимодействия ученика и учителя. Все формы активных методов, используемых в практике школьного обучения, можно условно разделить на две группы:

*Первая группа.* Активные формы традиционных способов обучения. Это группа методов, методик, приемов, разработанных в педагогике и дидактике, преследующих цель активизации процесса усвоения знаний.

Примером могут служить специфические варианты уроков, разработанные в 1970-х гг. на факультете педагогической подготовки ЛПИ им. А.И. Герцена, в частности "БИТ-урок", или *интегрированный урок*, включающий три взаимосвязанных элемента: беседу, игру, творчество. Преподаватель проводит предварительную беседу с учениками по теме урока, объясняет цели, создает нужную мотивацию, эмоциональный тон занятия, знакомит с материалами опорного конспекта. Затем проводится групповая игра-эстафета. Завершающая часть урока включает задание творчески применить полученные знания. Основное преимущество БИТ-урока в его мобильности, развивающем характере и занимательности для учащихся. Не менее интересно проходят уроки "Где? Что? Когда?"; "уроки-диспуты"; микросеминары (подготовка, сообщение, обобщение и анализ усвоения знаний проводится за один урок); урок-практика (учитель дает возможность ученикам самостоятельно разработать проект, обеспечивающий комплексное использование знаний и навыков. Например, "как улучшить внешний вид школьного двора?"); и т.п.

Заметно повышают познавательный интерес учащихся "дидактические игры" - специальные формы занятий, которые, включая учебное содержание, реализуются в игровой форме. Это разнообразные кроссворды, игры в "небылицы", игры "да-нет", мнемические игры, интеллектуальные игры и т.д.

*Вторая группа.* Собственно активные методы обучения. В эту группу попадают методы, разработанные в психологии с целью активизировать личность в учебной деятельности, уменьшить давление стереотипов, развить способности к пониманию сущности проблем, сформировать навыки управления своими эмоциями и принятия решения в неоптимальных условиях.

Основной задачей обучения в этом случае становится формирование творческих способностей. К числу таких методов относится, например, "*мозговой штурм*" (или "мозговая атака", брейнсторминг), разработанный А.Ф. Осборном. Педагогическая модификация предложена Г.С. Альтшуллером [14]. При использовании данного метода происходит коллективное решение неординарной задачи. Творческий процесс фактически разделен на две последовательные операции: генерация идей и критика идей. Соответственно и ученики делятся на "генераторов" и "критиков". Ученикам формулируется творческая задача и группе "генераторов" предлагается за ограниченное время сформулировать как можно больше вариантов решения. Поощряются любые решения, самые фантастические. Затем все предложенные идеи анализируются "критиками". В итоге выбирается самое оптимальное решение задачи. Существуют адаптированные способы работы на каждом этапе и у каждой роли. Другой метод - "*синектика*". При этом методе идет изучение, и критическая оценка условий задачи по принципу "проблема как она дана" - "проблема как она понята". Синектика включает четыре этапа:

- 1) переработку условий задачи, генерацию и сочетание идей;
- 2) применение различных аналогий;
- 3) выбор решения и определение последовательности операций;
- 4) принятие окончательного решения.

Осуществление учебной деятельности предполагает активизацию поведения личности ученика. Для этого необходимо использовать учебные методы, связанные с активной коммуникативной деятельностью. Особенно эффективно себя зарекомендовали метод анализа конкретных ситуаций, метод инцидента и деловые игры.

*Метод анализа конкретных ситуаций.* Метод основан на анализе конкретных ситуаций-казусов. Выделено четыре вида таких ситуаций: ситуация-иллюстрация; ситуация-упражнение; ситуация-оценка; ситуация-проблема. Используемые для обучения ситуации должны удовлетворять ряду требований:

- - в основе ситуации должны лежать вполне реальные события;
- - ситуации должны быть интересными;
- - материал, лежащий в основе того или иного случая, должен носить поучительный характер.

Для реализации метода можно использовать различные способы. Группу учеников делят на мини-группы (3-5 человек). Каждая группа анализирует ситуацию самостоятельно, а затем мнения "сталкиваются" в общем обсуждении. Заданную ситуацию каждый разбирает индивидуально и представляет в письменном виде. Затем происходит обсуждение предложенных вариантов решения. При обсуждении каждый ученик имеет возможность сравнивать результаты своего анализа с мнением других членов группы.

*Метод инцидента.* Занятие по методу инцидента начинается с того, что учитель кратко знакомит учеников с каким-то случаем (инцидентом), происшедшим с их сверстником. Полной информацией об инциденте располагает лишь учитель. После краткого ознакомления ученики должны задать учителю как можно больше вопросов для получения более полной информации. Затем они самостоятельно или по группам анализируют инцидент: формулируют проблему и принимают решение.

*Деловая игра.* В последние десятилетия в практике школьного обучения все большую популярность завоевывают инновационные и деловые игры. И те и другие направлены на самораскрытие личности, но инновационные - в большей степени акцентируют творческий потенциал ученика, а деловые - моделируют

системы отношений. *Игровой метод* — это форма воссоздания социального и предметного содержания реальной действительности, в рамках которой учащийся усваивает абстрактные по природе знания, закрепляет умения и навыки в реальном процессе подготовки и принятия решения. Чаще всего используется игра-импровизация. Ее особенность в том, что учащиеся знают основной сюжет, характер своей роли, сама же игра проходит в виде импровизации. Для того чтобы игра успешно выполняла учебную задачу, необходимо соблюдение ряда условий. Игра должна иметь общую и понятную всем участникам тему. Ход игры координируется лидерской группой, выдвинувшейся из числа участников. Наличие ведущего для снятия возможных конфликтов также является важнейшим условием. В игровой группе необходимо поддерживать благоприятный морально-психологический климат. Игра не должна содержать угрозу, т.е. иметь итоговую оценку по принципу "правильно-неправильно", "хорошо-плохо". Игру необходимо заранее готовить и проводить под руководством профессионального ведущего. Выполнение этих и некоторых других условий, владение технологиями игрового моделирования позволяет получить при использовании данного метода максимальный эффект не только в плане обучения, но и реализации воспитательных целей.

Большинство приведенных форм учебной деятельности наиболее результативны в старших классах школы, но при определенной модификации они могут использоваться и в младших группах. Поскольку внешние причины действуют через внутренние условия, внимание в организации учебной деятельности необходимо сосредоточить на этих внутренних условиях. На стыке "группы активных методов обучения" и "личностных" формируется особая группа теорий, в основе которых лежит использование глубинных психических механизмов. Примером теорий, используемых в практике обучения, могут служить следующие.

**Теория суггестопедии.** Одна из современных теорий, основанная на работах В. М. Бехтерева и строящаяся на использовании эмоциональных механизмов не критичного восприятия информации. Суггестопедия - обучение методом *погружения, внушения*. В основе данной теории лежит разработка активного метода обучения с элементами релаксации, внушения и игры. Обучение этим методом снимает такую форму давления, как *оценка*. Все строится на принятии сообщения от педагога через внушение. Путем специальных приемов снимается психологическая защита и расширяются возможности внушающего воздействия слова. В бодрствующем состоянии обеспечивается существенное обострение памяти, рост объема активизируемой информации, повышение скорости запоминания и воспроизведения. Существует ряд условий для реализации данного метода. Из наиболее важных:

- 1) безусловный авторитет преподавателя;
- 2) однозначность формулировок внушения;
- 3) выразительность учебных материалов;
- 4) релаксация, доверие к преподавателю и вера в возможность осуществления задач обучения;
- 5) влияние успехов товарищей по группе;
- 6) двуплановость передачи нового материала. Слова и фразы, несущие смысловую нагрузку (один план), сопровождаются эмоционально окрашенными жестами, интонацией, мимикой (второй план).

Для учеников суггестопедия выглядит как свободная деятельность по решению задачи, не вызывающая напряжения, дискомфорта и неприятных эмоций. Вместе с тем в ходе ее накапливаются знания, раскрепощаются творческие возможности детей и повышается вера в собственные силы. Суггестопедию могут проводить только специально подготовленные педагоги-психологи.

Суггестопедия создает благоприятный эмоциональный фон, способствует преодолению учащимися неверия в свои силы.

**Теория нейролингвистического программирования (НЛП).** НЛП была разработана в 80-х гг. XX в. американскими психологами *Джоном Гриндером и Ричардом Бендлером*. По мнению авторов, НЛП - это технология образовательного процесса, способ провоцировать человеческое обучение и управлять им. НЛП занимается исследованием субъективного опыта в процессах, при помощи которых люди чему-то обучаются. Классический принцип традиционного школьного обучения заключается в "передаче ученикам какого-то объема информации". По мнению разработчиков НЛП, этот принцип должен быть изменен на "организацию субъективного опыта для включения механизмов по приему и переработке информации". Для этого используется ряд разработанных в НЛП техник, благодаря которым на нейронном уровне формируются последовательности, ассоциативно связывающие необходимую учебную информацию с личностно-значимыми и эмоционально привлекательными признаками, факторами, словами. В результате возникают *нейролингвистические* субъективные структуры. В зависимости от задействованной модальности структуры могут быть визуальными, слуховыми, кинестетическими образами. Соответственно всех людей можно разделить на:

- - визуалов (зрительный тип);
- - аудиалов (слуховой тип);
- - кинестиков (двигательный тип);
- - дигиталов (мыслительный тип).



С точки зрения техник НЛП в процессе обучения необходимо учитывать, к какому типу принадлежит ребенок, и формировать субъективные структуры преимущественно данного типа. Как и технику суггестопедии, обучение с помощью НЛП могут проводить только специально подготовленные психологи.

*Группа альтернативных теорий.* На протяжении всего времени существования массовой школы неоднократно возникали попытки сформулировать принципиально новые подходы к организации учебного процесса. Это многочисленные "авторские школы", в которых специфика организации обучения строится на уникальном авторитете личности конкретного педагога. Сюда же относятся и подходы, стремящиеся переструктурировать систему задач, стоящих перед школьным обучением, с познавательных и информационных на духовные и личностно-формирующие. Примером может служить концепция вальдорфской школы.

**Вальдорфская школа Р. Штайнера.** Вальдорфская школа относится к альтернативным технологиям обучения, основная задача которых заключается в предоставлении ребенку условий для самовоспитания и самообучения.

В основе концепции вальдорфской школы лежит идея о духовном формировании ребенка, нравственном развитии как основной задаче системы обучения. Внимание прежде всего обращено на освоение ребенком норм нравственного поведения. Как и в других альтернативных технологиях, обучение идет через формирование единой мировоззренческой системы в сознании ребенка. Учитель прежде всего друг и старший товарищ. Уроки строятся как естественный процесс познания мира. Например, детям рассказывают какую-то историю из детской жизни, имеющую нравственный смысл, а затем все вместе обсуждают ее. На естественных, знакомых детям предметах и событиях раскрываются знания по физике, математике или естествознанию. Активно используются механизмы ассоциации, обобщения, сравнения и противопоставления. В результате ребенок получает в естественной форме научную и практическую информацию, ему не приходится делать напряженных усилий, чтобы понять и запомнить получаемые знания.

В особую группу - *группу свободных моделей обучения* - выделены теории для развития одаренных детей, где особое внимание направлено на свободное индивидуальное развитие творческого потенциала ребенка, формирование самоактуализирующейся личности. Примером может служить теория "свободного класса".

**Теория "свободного класса".** Концепция теории "свободного класса" разработана в 1970-х гг. в американском университете штата Иллинойс. В основе данной модели лежит система свободно организуемых занятий. Ребенок получает возможность осуществлять свободный индивидуальный поиск в выбранном направлении. Как и другие модели этой группы, технология "свободного класса" ориентирована на особо одаренного ребенка, где упор сделан на активизацию индивидуальной исследовательской деятельности. Дети сами выбирают предмет и темп занятий, соответствующие их интересам, способностям, особенностям личности. К каждому ребенку учитель подбирает индивидуальный "ключик" в организации взаимоотношений, форм и способов обучения. Основной принцип организации обучения - *нестандартность*. Нестандартно используются и время, и помещение, и наглядные пособия, и учебная программа, и т.д.

Занятия в "свободных классах" не ограничены жестким расписанием. Ребенок занимается соответственно своим интересам, и занятие может продолжаться до нескольких недель. Выбрав проблему для исследования, ребенок занимается ей до тех пор, пока не закончит работу или не потеряет к ней интерес. Работает он по своему выбору в группе или индивидуально. Основная роль учителя - внимательно наблюдать за детьми, оказывать при необходимости индивидуальную помощь, поощрять творческую деятельность ребенка во всех сферах. Учитель выполняет и функцию контроля, а также одну из важнейших своих функций - помочь ребенку освоить навыки социального взаимодействия, в частности коммуникативные. Учитель демонстрирует образец активного слушателя, партнера по общению, педагога, тем самым ненавязчиво показывая ребенку пример образца социального поведения. По окончании уроков каждый ребенок подробно рассказывает учителю, чем он занимался в течение учебного дня. В "свободном классе" каждый ребенок развивается по своему индивидуальному графику.

Итак, мы познакомились с отдельными группами исследований, отчасти характеризующими многоцветную картину современного научного и практического обеспечения учебной деятельности. Можно утверждать, что современная "вооруженность" системы обучения разнообразными технологиями находится на высоком уровне. Это предоставляет широкие возможности учителю найти именно тот вариант, который наиболее оптимален для его конкретных условий. Вместе с тем нельзя рассчитывать на какие-то абсолютные рецепты для организации учебной деятельности. Основной принцип реформирования современной школы - это внедрение в практику образования самых разнообразных технологий.

Взаимодействие с аудиторией (вопросы, беседа, разъяснение материала).

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

**КОНСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**1. Психология физической культуры и спорта.**

2. Раздел 3. Психология физической культуры и спорта.
3. Цели занятия: *познакомить студентов с психологической характеристикой физической культуры.*
4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>Методы исследования, диагностики и развития в области физической культуры.</p>	<p>объяснительно-наглядный (репродуктивный), письменный контроль.</p>

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

1. Написание реферата.

**Примерный перечень тем рефератов к разделу 3:**

1. 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.

Требования к выполнению практического задания:

При выполнении практического задания необходимо написать реферат по изучаемой теме. Выбрать одну тему. Требования к написанию реферата:

При выполнении заданий в форме **реферата** следует придерживаться следующей структуры:

Реферат – это обзор точек зрения различных авторов по рассматриваемой теме (проблеме).

Критерии оценивания:

1. Оглавление

2. Введение. Во введении дать обоснование выбора темы, раскрыть проблематику выбранной темы (объем 1 – 2 с).

3. Основная часть. Привести и аргументировать основные тезисы каждого произведения. Провести их сопоставление. Высказать собственную точку зрения и обосновать ее (объем 5 – 7 с).

4. Заключение. Сделать общие выводы по проблеме, заявленной в реферате (объем 1 – 2 с).

### **1. Психология физической культуры и спорта.**

2. Раздел 4. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании.

3. Цели занятия: *изучить психологическую характеристику деятельности и личности педагога по физической культуре.*

4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	Общие психологические особенности деятельности учителя физического воспитания. Мотивы, цели и общие 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	объяснительно-наглядный (репродуктивный), письменный контроль.

	<p>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.</p>	
--	--	--

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

1. Написание реферата.

Примерный перечень тем рефератов к разделу 4:

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.

Требования к выполнению практического задания:

При выполнении практического задания необходимо написать реферат по изучаемой теме. Выбрать одну тему.

**1. Психология физической культуры и спорта.**

2. Тема 3.2. Психологические основы обучения.
3. Цели занятия: *познакомить студентов с психологическими основами обучения.*
4. Структура практического (семинарского) занятия.

№ п/п	Содержание (кратко)	Методы и средства обучения
1	<p><i>Концепции обучения и их психологические основания. Соотношение обучения и воспитания. 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 позиций личностно-деятельностного подхода.</i></p>	<p>объяснительно-наглядный (репродуктивный), письменный контроль.</p>

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



Написание реферата.

### Примерный перечень тем рефератов к теме 3.2.:

1. Совпадают ли способы осуществления учебной деятельности учителя и ученика.
2. В чем отличие деятельностного от систем генетического подхода в обучении.
3. В чем заключается системный характер учебной деятельности.
4. При каких условиях целесообразно использовать активные формы обучения.



#### План семинара

##### **"Психологическая сущность современных концепций обучения"**

1. Что изучает "психология обучения" и каковы ее основные задачи.
2. Дайте характеристику системы и структуры учебной деятельности.
3. Проанализируйте психологические особенности "формирующих" и "интеллектуальных" теорий.
4. Проведите сравнительный анализ "личностных" и "альтернативных" теорий.
5. Какие активные методы обучения вы знаете? В чем их отличие от традиционных методов обучения?

Требования к выполнению практического задания:

При выполнении практического задания необходимо написать реферат по изучаемой теме. Выбрать одну тему.

### ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Методические материалы актуализированы	Протокол заседания кафедры № 11 от «20» февраля 2024 года	<u>01.09.2024</u>