

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Мордовский государственный педагогический
университет имени М. Е. Евсевьева»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Методика организации современного урока физической культуры»

Документ о квалификации:
удостоверение о повышении квалификации
Общая трудоемкость: 72 часа.

«Методика организации современного урока физической культуры»: дополнительная профессиональная программа повышения квалификации.

Составитель программы:

Тарасова Светлана Васильевна, старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности МГПУ;

Акамов Виталий Витальевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности МГПУ

Рецензенты:

Субботкина Любовь Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спорта МГУ им. Н. П. Огарева, Саранск;

Шиндина Ирина Васильевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спортивных дисциплин МГПУ.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативные правовые основания разработки программы

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 (с изменениями и дополнениями);
- «Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов» (утв. Минобрнауки России 22.01.2015 N ДЛ- 1/05вн);
- Письмо Минобрнауки России от 21.04.2015 N ВК-1013/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных профессиональных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных профессиональных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме»);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)»;
- Устав федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Мордовский государственный педагогический университет имени М. Е. Евсевьева»;
- Локальные акты Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Мордовский государственный педагогический университет имени М. Е. Евсевьева», регулирующие деятельность по реализации дополнительных профессиональных программ.

1.2. Требования к слушателям

Педагогические работники общеобразовательных организаций, имеющие высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки», либо высшее образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательной организации.

1.3. Форма освоения программы: очно-заочная с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе – 72 часа.

Нормативный срок освоения программы – 2 недели.

1.4. Цель и планируемые результаты обучения

Цель реализации программы – совершенствование профессиональных компетенций учителя физической культуры по организации современного урока физической культуры.

Планируемые результаты обучения. Реализация программы повышения квалификации направлена на совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в рамках имеющейся квалификации.

В результате освоения программы качественно изменятся профессиональные компетенции, умения, знания и уровень практического опыта для реализации обобщенной трудовой функции «Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования» (*профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»*):

Виды деятельности (трудовая функция по ПС)	Профессиональные компетенции (трудовое действие по ПС)	Практический опыт	Умения	Знания
ВД 1. Общепедагогическая функция. Обучение (А/01.6)	ПК –1.1. Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования (А/01.6/ТД2)	Формирование мотивации к обучению	Владеть формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п.	Преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке

Виды деятельности (трудовая функция по ПС)	Профессиональные компетенции (трудовое действие по ПС)	Практический опыт	Умения	Знания
ВД 2. Воспитательная деятельность (А/02.6)	ПК – 2.1 Реализация современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности (А/02.6/ТД2)	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни	Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность	Основы законодательства о правах ребенка, законы в сфере образования и федеральные государственные образовательные стандарты общего образования

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы повышения
квалификации «Методика организации современного
урока физической культуры»

Код профессиональных компетенций	№ п/п	Наименование модулей, тем	Всего часов с использованием ДОТ	В том числе			Формы контроля
				Лекции	Практические	СР	
ПК-2.1	1.	Общие вопросы организации современного урока физической культуры	40	8	8	24	Выполнение КОЗ
ПК-2.1	1.1.	Цель, задачи, средства, методы, принципы построения современного урока физической культуры	10	2	2	6	Компетентностно-ориентированное задания № 1
ПК-2.1	1.2.	Методика обучения двигательным действиям на уроке физической культуры (современный аспект).	10	2	2	6	Компетентностно-ориентированное задания № 2
ПК-2.1	1.3.	Теоретико-методические основы развития физических качеств на уроке физической культуры	10	2	2	6	Компетентностно-ориентированное задания № 3
ПК-2.1	1.4.	Структура, содержания, методика построения и основы планирования современного урока физической культуры	6	1	1	4	Компетентностно-ориентированное задания № 4
ПК-2.1	1.5.	Научно-исследовательская и	4	1	1	2	

		проектная деятельность учителя физической культуры (особенности научных исследований в физической культуре)					
ПК-1.1	2.	Инновационные технологии в преподавании физической культуры в школе	32	6	12	14	Выполнение КОЗ
ПК-1.1	2.1.	Инновационные технологии в физическом воспитании школьников	10	2	4	4	Компетентностно-ориентированное задания № 5
ПК-1.1	2.2.	Спортизация общеобразовательных школ и механизмы ее реализации	12	2	4	6	Компетентностно-ориентированное задания № 6
ПК-1.1	2.3.	Спортивная культура как учебный предмет общеобразовательной школы	10	2	4	4	Компетентностно-ориентированное задания № 7
		ИТОГО	72	16	20	36	
ПК-1.1 ПК-1.2		Итоговая аттестация	Тестирование				

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Методика организации современного урока физической культуры»

Наименование темы	Распределение нагрузки по неделям						Форма отчетности по модулю
	1 неделя			2 неделя			
	В	А	Д	В	А	Д	
Цель, задачи, средства, методы, принципы построения современного урока физической культуры	10	-	10				
Методика обучения двигательным действиям на уроке физической культуры (современный аспект).	10	-	10				
Теоретико-методические основы развития физических качеств на уроке физической культуры	10	-	10				
Структура, содержания, методика построения и основы планирования современного урока физической культуры	6	-	6				
Научно-исследовательская и проектная деятельность учителя физической культуры (особенности научных исследований в физической культуре).	4	-	4				Выполнение КОЗ
Инновационные технологии в физическом воспитании школьников				10	-	10	
Спортизация общеобразовательных школ и механизмы ее реализации		-		12	-	12	
Спортивная культура как учебный предмет общеобразовательной школы				10	-	10	Выполнение КОЗ
Итоговая аттестация				ИА	-		Тестирование
Итого	40	–	40	32	–	32	

В – всего часов, Д – обучение с использованием ДОТ,
А – аудиторные занятия (если есть), ИА – итоговая аттестация

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (РАБОЧАЯ ПРОГРАММА)

Темы, количество часов	Виды учебных занятий, учебных работ, количество часов, уровень освоения	Содержание
Модуль 1. Общие вопросы организации образовательного процесса по физической культуре в школе, 40 часов		
Тема 1.1. Цель, задачи, средства, методы, принципы построения современного урока физической культуры, 10 часов	Лекция, 2 часа, О	Физическое воспитание детей школьного возраста. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Средства физического воспитания детей школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
	Практическое занятие, 2 часа, П	Формы организации физического воспитания школьников.
	Самостоятельная работа, 6 часа, П	Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 1.
Тема 1.2. Методика обучения двигательным действиям на уроке физической культуры (современный аспект), 10 часов	Лекция, 2 часа, О	Основы теории и методики обучения двигательным действиям. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Основы формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
	Практическое занятие, 2 часа, П	Законы формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
	Самостоятельная работа, 6 часа, Р	Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 2.
Тема 1.3. Теоретико-методические основы развития физических качеств на уроке физической культуры, 10 часов	Лекция, 2 часа, О	Теоретико-практические основы развития физических качеств. Понятие о физических качествах. Основы методики воспитания физических качеств. Средства воспитания физических качеств. Методы воспитания физических качеств.
	Практическое занятие, 2 часа, П	Методика воспитания физических качеств. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей.
	Самостоятельная работа, 6 часа, Р	Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 3.
Тема 1.4. Структура, содержания, методика построения и основы	Лекция, 1 час, О	Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение. Структура урока и характеристика его частей. Организация и методические основы проведения

планирования современного урока физической культуры, 6 часов		урока физической культуры. Дозирование физических нагрузок на уроке. Формирование навыков самостоятельности при занятиях физическими упражнениями.
	Практическое занятие, 1 час, Р	Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть. План-конспект урока.
	Самостоятельная работа, 4 часа, П	Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 4
Тема 1.5. Научно-исследовательская и проектная деятельность учителя физической культуры (особенности научных исследований в физической культуре), 4 часа	Лекция, 1 час, О	Научно-исследовательская и проектная деятельность в сфере физической культуры и спорта, в процессе профессиональной подготовки учителя физической культуры. Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы. Поиск, накопление и обработка информации в процессе научно-исследовательской и проектной деятельности.
	Практическое занятие, 1 час, Р	Педагогический эксперимент, виды, организация и проведение. Обработка результатов научного исследования и методических материалов. Оформление результатов научной и методической работы. Критерии качества, внедрение результатов и эффективность научных исследований, методических разработок
	Самостоятельная работа, 2 часа, П	
Модуль 2. Инновационные технологии в преподавании физической культуры в школе, 32 часа		
Тема 2.1. Инновационные технологии в физическом воспитании школьников, 10 часов	Лекция, 2 часа, О	Вводное представление инновационных технологиях в физическом воспитании, цели, задачи и значение в профессиональном образовании и деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место инновационных технологий в профессиональной подготовке специалиста. Проблематика курса. Определение понятий «инновация», «инновационные процессы», «инновационная деятельность», «педагогические технологии», «инновационные технологии» и их соотношение. Общие и специфические признаки, характеризующие современные инновационные технологии физического воспитания. Проблемы влияния инновационных технологий физического воспитания на качество

		<p>профессиональной подготовки специалиста. Методы исследования в области инновационных технологий физического воспитания.</p>
	<p>Практическое занятие, 4 часа, Р</p>	<p>Организационные и методические основы инновационных технологий в физическом воспитании.</p> <p>Отличительные черты понятий: нововведение, новшество и инновации.</p> <p>Сравнительная характеристика понятий «Инновационная деятельность», «Инновационное обучение».</p>
	<p>Самостоятельная работа, 4 часа, Р</p>	<p>Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 5.</p>
<p>Тема 2.2 Спортизация общеобразовательных школ и механизмы ее реализации, 12 часов</p>	<p>Лекция, 2 часа, О</p>	<p>Понятие и методологические основания спортизации. Характеристика инновационных проектов спортизации общеобразовательных школ.</p> <p>Механизмы внедрения спортизации в практику общеобразовательных школ: технологический механизм, правовой механизм, информационно-образовательный механизм.</p>
	<p>Практическое занятие, 4 часа, Р</p>	<p>Понятие и методологические основания спортизации.</p> <p>Характеристика инновационных проектов спортизации общеобразовательных школ.</p> <p>Механизмы внедрения спортизации в практику общеобразовательных школ.</p> <p>Технологический механизм.</p> <p>Правовой механизм.</p> <p>Информационно-образовательный механизм.</p>
	<p>Самостоятельная работа, 6 часов, П</p>	<p>Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 6.</p>
<p>Тема 2.3. Спортивная культура как учебный предмет общеобразовательной школы, 10 часов</p>	<p>Лекция, 2 часа, О</p>	<p>Концепция спортивно-ориентированного физического воспитания в России.</p> <p>Цель, задачи и особенности организации спортивно-ориентированного физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Методология построения спортивно-ориентированного физического воспитания в общеобразовательных учреждениях.</p> <p>Образовательный и социальный аспекты спортивно-ориентированного физического воспитания.</p> <p>Ведущая идея инновационного проекта В.К. Бальсевича «Спортивно ориентированное физическое воспитание – инновационная технология 21 века».</p> <p>Принципы спортивно ориентированного</p>

		физического воспитания. Этапы формирования учебно-тренировочных групп. Перспективы развития и массового использования инновационного проекта.
	Практическое занятие, 4 часа, Р	Спорт как средство активной социализации подрастающего поколения. Понятие о жизнеспособности личности. Спортивная культура: понятие и структура ценностей. Модель учебного предмета «Спортивная культура». Содержание спортивного образования.
	Самостоятельная работа, 4 часа, П	Выполнение компетентностно-ориентированного задания № 7.

5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1 Паспорт фонда оценочных средств

Вид контроля	Наполнение фондов оценочных средств	Контролируемые компетенции (или их части)
Текущий контроль	<p>Компетентностно-ориентированные задания № 1-7.</p> <p><u>Продуктом, применимым в профессиональной деятельности</u>, являются материалы самостоятельно выполненных заданий:</p> <p>1) № 1 – Конспект с описанием возрастных особенностей физического развития детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Сводная таблица, по определению антропометрического статуса учащегося среднего школьного возраста. Конспект с описанием средств, форм физического воспитания, используемые на уроках физической и требований.</p> <p>2) № 2 – Словарь ключевых понятий понятия теории обучения двигательным действиям (методическая копилка). Схема обучения двигательному действию (прыжок в длину с разбега, кувырок вперед и др.). Конспект с описанием способа преодоления «плато» (задержки) в развитии навыка.</p> <p>3) № 3 – Словарь ключевых понятий понятия теории развития физических качеств</p>	<p>Задание № 1– ПК-2.1</p> <p>Задание № 2 – ПК-2.1</p> <p>Задание № 3– ПК-2.1</p> <p>Задание № 4– ПК-2.1</p> <p>Задание № 5– ПК-1.1</p> <p>Задание № 6– ПК-1.1</p> <p>Задание № 7– ПК-1.1</p>

	(методическая копилка). Методика развития физического качества. контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития физических качеств. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития физических качеств, инструкцию по выполнению контрольного упражнения (теста).	
Промежуточная аттестация	Выполнение КОЗ	ПК 1.1, ПК-2.1
Итоговая аттестация	Тестирование	ПК 1.1, ПК-2.1

Компетентностно-ориентированные задания

Текущий контроль включает в себя проверку выполнения компетентностно-ориентированных заданий. Содержание вопросов и заданий должно соответствовать содержанию дисциплины и позволять выявить уровень сформированности профессиональных компетентностей слушателей.

Задания могут содержать теоретические вопросы и практико-ориентированные задания:

Компетентностно-ориентированное задание № 1.

1. Составить конспект с описанием возрастных особенностей физического развития детей младшего, среднего, старшего школьного возраста.

2. На основе анализа научно-методической литературы составить сводную таблицу по определению антропометрического статуса учащегося среднего школьного возраста.

Компетентностно-ориентированное задание № 2.

1. На основе анализа лекции выписать ключевые понятия теории и методики обучения двигательным действиям.

2. На основе сведений о этапах формирования двигательного действия составить схему обучения двигательному действию (прыжок в длину с разбега, кувырок вперед и др.).

3. Охарактеризовать закон «плато» (задержки) в развитии навыка. Описать средств и методы преодоления данного явления (задержки).

Компетентностно-ориентированное задание № 3.

1. На основе анализа лекции выписать ключевые понятия теории развития физических качеств.

2. Разработать и описать методику развития физического качества (по выбору), на уроке физической культуры описать возможность ее использования на уроках физической культуры.

3. Подобрать, разработать контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития физических качеств (по выбору), описать содержание контрольного упражнения (тест), инструкцию по выполнению

контрольного упражнения (теста).

Компетентностно-ориентированное задание № 4.

1. Используя электронные образовательные ресурсы «Киберленинка», проанализировать научные статьи посвященные особенностям организации, проведению современного урока физической культуры (представить список (не менее 10 наименований), аннотацию к каждой статье, ссылку на статью).

2. Разработать план-конспект урока физической культуры по разделам (легкая атлетика, баскетбол и др.) а) с образовательно-познавательной направленностью; б) образовательно-обучающей направленностью; в) образовательно-тренировочной направленностью.

Компетентностно-ориентированное задание № 5.

1. Подобрать психодиагностический инструментарий.

2. Определить факторы, повышающие интерес к урокам физической культуры.

3. Раскройте психологические способы повышения эффективности профессиональной деятельности учителя физической культуры.

Компетентностно-ориентированное задание № 6.

1. Найти сайт Госкомспорта РФ и сайт журнала «Теория и практика физической культуры».

2. Ознакомиться с рубриками, определить их значимость для специалиста по физической культуре.

3. Сделать анализ материалов по инновационным технологиям в преподавании физической культуры. Представить картотеку.

Компетентностно-ориентированное задание № 7.

1. Подготовить описание инновационного проекта «... - современная инновационная технология физического воспитания» (по выбору):

- Спартианская технология;
- Движение «Дрозд»;
- Президентские состязания;
- Олимпийское образование

2. Оформить в электронном варианте и представить на рецензирование.

Тестовые материалы к итоговой аттестации

Итоговая аттестация слушателей по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Методика организации современного урока физической культуры» проходит в форме тестирования. Формой итоговой аттестации слушателей по данной дисциплине является зачет. При выставлении «зачтено» учитываются результаты выполнения заданий текущего контроля и результаты тестирования.

Тесты – это краткие, стандартизированные испытания, позволяющие за сравнительно короткие промежутки времени оценить степень качества

достижения каждым слушателем целей обучения. Главное условие получения достоверных результатов тестирования – это соответствие содержания вопросов тестов содержанию проверяемых компетенций.

Порядок проведения тестирования

При обучении с использованием дистанционных технологий тестирование проводится на базе возможностей системы дистанционного обучения MOODLE с использованием электронных ресурсов.

Продолжительность тестирования составляет от 45 до 60 минут. Количество попыток – 1.

1. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры:

- 1) фронтальный;
- 2) поточный;
- 3) одновременный;
- 4) групповой.

2. На уроках физической культуры упражнения на выносливость всегда следует выполнять:

- 1) в начале основной части урока;
- 2) в середине основной части урока;
- 3) в конце основной части урока;
- 4) в заключительной части урока.

3. Сила – это:

1) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»;

2) способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в возможно короткое время;

3) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений);

4. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом развития силы у мальчиков и юношей считается возраст:

- 1) 10-11 лет;
- 2) 11-12 лет;
- 3) от 13-14 до 17-18 лет;
- 4) от 17-18 до 19-20 лет.

5. Из перечисленных пунктов: 1) затраты времени на занятие, 2) темп и скорость движения, 3) километраж преодоленного расстояния, 4) частота сердечных сокращений, 5) количество выполненных упражнений – выберите показатели, которыми характеризуется интенсивность физической нагрузки:

- 1) 1, 3;

- 2) 2, 4;
- 3) 3, 5;
- 4) 1, 2, 3, 4, 5.

6. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:

- 1) функциональной устойчивостью;
- 2) биохимической экономизацией;
- 3) тренированностью;
- 4) *выносливостью.*

7. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию:

- 1) активной и пассивной гибкости;
- 2) максимальной частоты движений;
- 3) *силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;*
- 4) простой и сложной двигательной реакции.

8. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

- 1) а) слабую, б) среднюю, в) сильную;
- 2) *а) основную, б) подготовительную, в) специальную;*
- 3) а) без отклонений в состоянии здоровья, б) с отклонениями в состоянии здоровья;
- 4) а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.

9. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

- 1) эластичностью;
- 2) стретчингом;
- 3) *гибкостью;*
- 4) растяжкой.

10. Укажите, какие задачи решаются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

- 1) образовательные;
- 2) воспитательные;
- 3) оздоровительные;
- 4) *образовательные, воспитательные, оздоровительные.*

11. Для развития активной гибкости наиболее благоприятным (сенситивным) периодом является возраст:

- 1) 5-7 лет;
- 2) 8-9 лет;
- 3) *10-14 лет;*
- 4) 15-17 лет.

12. Под двигательльно-координационными способностями следует понимать:

1) способности выполнять двигательные действия без излишней мышечной напряженности (скованности);

2) способности владеть техникой различных двигательных действий при минимальном контроле со стороны сознания;

3) способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т.е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно);

4) способности противостоять физическому утомлению в сложнокоординационных видах деятельности, связанных с выполнением точности движений.

13. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:

1) способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;

2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;

3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;

4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.

14. Выберите из перечисленных ниже основную форму организации занятий физическими упражнениями в общеобразовательной школе:

1) урок физической культуры;

2) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня;

3) массовые спортивные и туристские мероприятия;

4) тренировочное занятие в спортивной секции.

15. Планирование в физическом воспитании – это:

1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;

2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;

3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;

4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

16. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом для развития двигательных-координационных способностей считается возраст:

- 1) 5-6 лет;
- 2) 7-9 лет;
- 3) *11-12 лет;*
- 13-15 лет.

17. В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность характерны для:

- 1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;
- 2) контрольных уроков;
- 3) уроков общей физической подготовки;
- 4) *уроков освоения нового материала.*

18. Под двигательной активностью понимают:

1) *суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни;*

2) определенную меру влияния физических упражнений на организм занимающихся;

3) определенную величину физической нагрузки, измеряемую параметрами объема и интенсивности;

4) педагогический процесс, направленный на повышение спортивного мастерства.

19. Метод исследования, который предполагает организацию ситуации исследования и позволяет её контролировать:

- 1) Наблюдение.
- 2) *Эксперимент.*
- 3) Анкетирование.
- 4) Все варианты верны.

20. Для определения общей (педагогической) и моторной (двигательной) плотностей урока, характеризующих его эффективность используется метод

- 1) *Хронометрирование;*
- 2) Опрос;
- 3) Ранжирование;
- 4) Педагогический эксперимент.

21. Новшество – это:

- 1) новая идея, которая потенциально может быть реализована;
- 2) процесс внедрения новой идеи в практику;
- 3) модернизация процесса образования.

22. Нововведение – это:

- 1) процесс внедрения новой идеи в образовательные учреждения;
- 2) процесс повсеместного внедрения новой идеи;
- 3) интенсификация учебного процесса.

23. Инновация – это:

- 1) технологический процесс внедрения новшества в образовательную практику;
- 2) модернизация учебного процесса;
- 3) интенсификация учебного процесса.

24. Физическая культура – это:

- 1) социальное явление, обеспечивающее оздоровление человека;
- 2) часть культуры общества и личности, деятельность направленная на физическое совершенствование человека;
- 3) средства, методы и формы физического образования и оздоровления человека.

25. Спорт – это:

- 1) в социальном плане – это явление, позволяющее осуществлять соревнование; в педагогическом плане – это соревновательный процесс и подготовка к нему;
- 2) соревновательная деятельность, подготовка к ней, а также те социальные отношения, которые обеспечивают ее эффективность.

26. Дать понятие «спортивная культура» _____

27. В чем коренное отличие спортивно ориентированного воспитания от традиционного?

традиционное воспитание	спортивно ориентированного воспитания
2 урока в неделю	
занятие по комплексной учебной программе	
занятие ведет учитель физической культуры	
занятие в форме урока	
переход из класса в класс не возможен	

28. Введение учебного предмета «спортивная культура» предполагается:

- 1) с 1-го класса;
- 2) с 5-го класса;
- 3) с 9-го класса.

29. Какова система финансирования движения «Дрозд»:

- 1) государственная;
- 2) ведомственная;
- 3) многоканальная.

30. Дайте понятие «спортизации» _____

5.2. Критерии оценки качества освоения программы

За выполнение каждого компетентностно-ориентированного задания слушатель получает по 1 баллу (максимальное количество баллов - 7).

Основные показатели оценки компетентностно-ориентированного задания

Предметы оценивания	Объекты оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
ПК – 1.1, ПК-2.1	Компетентностно-ориентированное задание	Уровень совершенствования (формирования) профессиональных компетенций	<p>1 балл выставляется слушателю, если он показал освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой; его ответы на вопросы даже частично носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей используются материалы современных пособий; используется терминология предметной области дисциплины; ответы на вопросы имеют логически выстроенный характер, используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение; имеется личная точка зрения слушателя.</p> <p>0 баллов выставляется слушателю, если он не показал освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций); обнаруживается отсутствие владением материалом в объеме изучаемой дисциплины; при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей не используются материалы современных источников; представление профессиональной деятельности не рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации; ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, не используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение.</p>

Основные показатели оценки итогового тестирования

Слушатель допускается к итоговому тестированию только при условии получения не менее 5 баллов из 7.

За каждый правильный ответ в тесте слушатель получает 1 балл. Максимальное количество баллов – 30.

Зачитывается тест в том случае, когда слушатель набрал не меньше 18 баллов.

Слушатель получает отметку «зачтено» и считается успешно закончившим обучение, если набранная им на итоговой аттестации сумма баллов не менее 18.

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих реализацию дополнительной профессиональной программы

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, психолого-педагогическую квалификацию и систематически занимающимися научной и/или научно-методической деятельностью. Преподаватели должны иметь ученую степень и/или опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере.

6.2. Требования к материально-техническим условиям реализации программы

Материально-техническая база вуза, обеспечивающая проведение всех видов работы слушателей, предусмотренных учебно-тематическим планом:

- учебные аудитории, оснащенные компьютерами, имеющими подключение к системе Интернет и программное обеспечение, позволяющее работать с системой дистанционного образования Moodle,
- мультимедийные средства поддержки обучения, адаптированные под современные форматы и требования;
- ресурсы для обучения людей с ограниченными возможностями;
- информационные базы как общеразвивающего, так и профессионального профиля;
- библиотечные ресурсы.

6.3. Учебно-методическое обеспечение программы

а) основная литература

1. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и

практикум для вузов / Д. С. Алхасов – М. : Юрайт, 2020. – 191 с.
<https://www.biblio-online.ru/viewer/teoriya-i-istoriya-fizicheskoy-kultury-454169#page/2>

2. Варфоломеева, З. С. Технология научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие для вузов / З. С. варфоломеева, В. Ф. Воробьева, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменкова. М. : Юрайт, 2020. – 105 с.
<https://www.biblio-online.ru/viewer/tehnologii-nauchnyh-issledovaniy-v-fizicheskoy-kulture-i-sporte-447324>

3. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. пособие / И. В. Шиндина. Е.А. Шуняева ; Морд. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2015. – 203 с. <http://library.mordgpi.ru/ProtectedView/Book/ViewBook/469>

б) дополнительная литература

1. Матяш, Н. В. Инновационные педагогические технологии: проектное обучение : учеб. пособие / Н. В. Матяш. – М. : Академия, 2011. – 141 с.

2. Постановление Правительства российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497 «О федеральной целевой программе развития образования на 2016-2020 годы» [Электронный ресурс]. – 152 с. – Режим доступа: https://минобрнауки.рф/документы/5930/файл/4787/FCPRO_na_2016-2020_gody.pdf. – Загл. с экрана.

3. Приказ Минтруда и соц. защиты России от 08.09.2015 № 608 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования». [Электронный ресурс]. – 28 с. – Режим доступа: <http://ivo.garant.ru/#/document/71202838/paragraph/1:3> – Загл. с экрана.

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года от 7 августа 2009 г. № 1101–р» [Электронный ресурс]. – 23 с. – Режим доступа: <http://www.infosport.ru/strategiya/docs/Strategiya.pdf>. – Загл. с экрана.

5. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – 30 с. – Режим доступа: <http://ivo.garant.ru/#/document/70291362/paragraph/1:1>. – Загл. с экрана.

6. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2013. – 480 с.

6.4. Информационное обеспечение программы

<http://www.pedlib.ru/Books> – Педагогическая библиотека

<http://www.ed.gov.ru> – Сайт Министерства образования и науки РФ

<http://www.mesi.ru/joe/> – Журнал «Открытое образование»

<http://www.informika.ru/text/magaz> – Электронная версия журнала «Вестник образования»

<http://www.breath.ru> – Портал здорового образа жизни

<http://Минобрнауки.рф/документы/924> (Законодательство Министерства образования и науки РФ);

<http://biblioclub.ru/> (Университетская библиотека);

<http://www.teoriya.ru> (Журнал «Теория и практика физической культуры»).

6.5. Общие требования к организации образовательного процесса

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Методика организации современного урока физической культуры» рассчитана на 72 часа. Содержание курса направлено на формирование профессиональных компетенций учителя физической культуры, необходимых для организации современного урока физической культуры..

Особенностями программы являются:

- модульная структура;
- компетентностный подход к обучению и оценке результатов освоения программы;
- использование современных информационных и коммуникационных технологий, в том числе электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, обеспечивающих возможность формирования индивидуальной траектории обучения без отрыва от основной профессиональной деятельности.

В связи с дистанционной формой освоения программы возрастает объем самостоятельной работы слушателей. Эта работа выполняется в произвольном временном режиме без непосредственного участия преподавателя. Слушатели после оформления на программу получают доступ к учебным материалам, которые изучаются согласно учебному плану. Вместе с тем к каждому слушателю прикрепляется преподаватель, к которому слушатель может обратиться с вопросами по телефону, электронной почте или с помощью системы дистанционного образования Moodle.