Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2022 17:32:00
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Чеченский государственный педагогический университет»
Кафедра спортивных дисциплин

«УТВЕРЖДАЮ»
Зав. каф. СД К.Ш. Дунаев

Протокол № 9 от 31.04. 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (МОДУЛЯ)

«Физическая культура и спорт»

Направление подготовки
44.03.01 - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профили подготовки
«Физическая культура»

Уровень образования
Бакалавриат

Форма обучения
очная/заочная

Год приема - 2021

Грозный, 2021

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель освоения дисциплины, в состав которого входит дисциплина «Физическая культура и спорт»– формирование личной физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста, способного реализовать ее в социально-профессиональной деятельности и в семье, – формирование способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности

Цели и задачи дисциплины «Физическая культура и спорт» заключаются в формировании и обобщении в одной научной парадигме сведений по теории и методике физической культуры и спорта, биомеханике двигательной деятельности, полученных студентами на предыдущих курсах.

Основные **задачи** курса:

– содействие разностороннему развитию, физическому совершенствованию личности;

– включение студента в реальную физкультурно-оздоровительную и спортивную практику;

– содействие обеспечению успешной подготовки к будущей профессиональной деятельности через формирование профессионально важных физических и психофизиологических качеств личности;

– формирование потребности студентов в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании;

– содействие сохранению и укреплению здоровья через использование доступных средств физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;

– формирование потребности в здоровом образе жизни;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» к.м.03.01. относится к обязательным дисциплинам блока Б1.0. «Дисциплины (модули)» (модуль "Здоровьесберегающий") основной образовательной программы по профилям «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплины «Гимнастика», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», и др.

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для прохождения научно-исследовательской и преддипломной практик, для подготовки к государственной итоговой аттестации.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Код и наименование компетенции	**Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции**	**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности	**Знать-** влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. **Уметь:** - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры. **Владеть:** - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации;

4. ОБЬЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Таблица 1

Вид учебной работы	**«Научно-методическая деятельность»**	
	Очная форма	**Заочная форма**
	1 семестр	**1 семестр**
Аудиторные занятия (всего)		
В том числе:		
Лекции	16	16
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Самостоятельная работа (всего)	**40**	**40**
В том числе:		
Подготовка к практическим занятиям		
Подготовка к зачету		
Вид промежуточной аттестации	зачет	зачет
Общая трудоемкость дисциплины Час./Зач. ед.	**72/2,0**	**72/2,0**

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

1. Очная форма обучения (таблица 2): всего – 72 ч., 2 з.е., аудиторные занятия – 34 ч. (17 ч. - лекции и 17 ч. - семинары), самостоятельная работа – 38 ч.

Таблица 2.

Структура дисциплины для очной формы обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			
		Лекц.	**Практ зан.**	**СРС**	**Всего часов/з.**
1.	Основные понятия физической культуры и спорта	1/0,027	1/0,027	2/0,05	4 /0,11
2.	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	1/0,027	1/0,027	4/0,11	6 /0,17
3.	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	1/0,027	1/0,027	4/0,11	6 /0,17
4.	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
5.	Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности	2/0,05	2/0,05	4/0,11	
6.	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
7.	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
8.	Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре. Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
9.	Роль физической культуры и спорта в развитии личности	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
10.	Формы и содержание самостоятельных занятий по физической культуре и спорту	2/0,05	2/0,05	4/0,11	8/0,22
	Итого	**17/0,47**	**17/0.47**	**38/1,05**	**72/2,0**

2. Заочная форма обучения (таблица 3): всего – 72 ч., 2 з.е., аудиторные занятия - 4 ч. (2 ч. - лекции и 2 ч. - семинары), самостоятельная работа – 68 ч.

Таблица 3.

Структура дисциплины для заочной формы обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			
		Лекц.	**Практ зан.**	**СРС**	**Всего часов/з.**
1.	Основные понятия физической культуры и спорта	-		10/0,27	10/0,27
2.	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	-	-	10/0,27	10/0,27
3.	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	1/0,027	1\0,027	10/0,27	12/0,33
4.	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	-	-	10/0,27	10/0,27
5.	Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности	1/0,027	1/0,027	10/0,27	12/0,33

6.	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	-		10/0,27	10/0,27
7.	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	1/0,027	1/0,027	10/0,27	12/0,33
8.	Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре. Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели	-		12/0,33	12/0,33
9.	Роль физической культуры и спорта в развитии личности			14/0,38	14/0,38
10	Формы и содержание самостоятельных занятий по физической культуре и спорту	-		10/0,27	10/0,27
	Итого	**3/0,08**	**3/0,08**	**66\1,88**	**112/3,11**

5.2. Лекционные занятия

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Основные понятия физической культуры и спорта	1/0,027	-
2.	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	1/0,027	-
3.	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	1/0,027	-
4.	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	2/0,05	-
5.	Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности	2/0,05	1,0.27
6.	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	2/0,05	-
7.	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	2/0,05	1,0.27
8.	Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре. Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели	2/0,05	1,0.27
9.	Роль физической культуры и спорта в развитии личности	2/0,05	-
10.	Формы и содержание самостоятельных занятий по физической культуре и спорту	1/0,027	-
	Итого	**16/0,47**	**3/0,08**

5.3. Практические занятия (семинары)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Практ. занятия	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Основные понятия физической культуры и спорта	2/0,05	-
2.	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	2/0,05	-
3.	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	2/0,05	-
4.	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	4/0,10	-
5.	Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности	4/0,10	1,0.27
6.	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	4/0,10	-
7.	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	4/0,10	1,0.27
8.	Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре. Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели	4/0,10	1,0.27
9.	Роль физической культуры и спорта в развитии личности	4/0,10	-

10.	Формы и содержание самостоятельных занятий по физической культуре и спорту	4/0,10	-
	Итого	**34/0,94 з.е.**	**3/0,08**

5.4. Лабораторный практикум – не предусмотрен.

5.5. Организация самостоятельной работы студентов по дисциплине

№ п\п	Наименование раздела дисциплины. Тема.	Форма самостоятельной работы	Кол-во часов		Форма контроля выполнения самостоятельной работы
			Очная форма	Заочная форм	
1	Понятие «физическое развитие». Методы оценки.	Подготовка докладов и сообщений. Подготовка аннотированного списка источников. Конспект	5/0,13	8/0,22	Заслушивание докладов и сообщений на семинарах, консультациях. Устный опрос
2	Основы здорового образа жизни.	Подготовка докладов и сообщений. Составление тематического глоссария. Конспект	6/0,18	8/0,22	Заслушивание докладов и сообщений на семинарах, консультациях
3	Физическая культура-часть общечеловеческой культур	Подготовка сообщений и докладов Конспект	6/0,18	10\/0,27	Заслушивание сообщений и докладов на семинаре
4	Двигательная функция и повышение адаптации и устойчивости человека к отрицательному влиянию на его биологические ритмы.	Подготовка сообщений. Конспект. Составление тематического глоссария.	6/0,18	10\/0,27	Заслушивание сообщений на консультациях Устный опрос
5	Социальные ценности и функции физической культуры.	Подготовка сообщений и докладов Конспект	4/0,11	10\/0,27	Заслушивание сообщений и докладов на семинарах и консультациях
6	Цель, задачи и средства общей физической подготовки (ОФП).	Выполнение контрольной работы. Сравнительный анализ источников. Конспект	6/0,18	10\/0,27	Проверка контрольной работы. Заслушивание сообщений на семинарах, консультациях. Коллоквиум. Утный опрос
7	Цель, задачи и средства спортивной подготовки	Подготовка сообщения или доклада. Анализ шк.учебников и учебных пособий. Конспект	6/0,18	10\/0,27	Проверка контрольной работы. Заслушивание докладов и сообщений на семинарах, консультациях
		Итого:	38/1,05 ч.	66/1,83 ч.	

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п\п	Наименование раздела дисциплины. Тема.	**Вид самостоятельной работы обучающихся** внеаудиторная
1	Понятие «физическое развитие». Методы оценки.	внеаудиторная
2	Основы здорового образа жизни.	внеаудиторная
3	Физическая культура-часть общечеловеческой культур	внеаудиторная
4	Двигательная функция и повышение адаптации и устойчивости человека к отрицательному влиянию на его биологические ритмы.	внеаудиторная
5	Социальные ценности и функции физической культуры.	внеаудиторная
6	Цель, задачи и средства общей физической подготовки (ОФП).	внеаудиторная
7	Цель, задачи и средства спортивной подготовки	внеаудиторная

Для контроля самостоятельной работы студентов используются разнообразные виды, формы, методы и технологии контроля.

Виды контроля**:** текущий, промежуточный, итоговый.

Формы: практические задания, дискуссионные вопросы, рефераты, контрольные работы и др.

Методы контроля: наблюдение, устный контроль, письменная проверка, семинарские занятия по всему учебному материалу, коллоквиумы, практические работы по всем изучаемым темам, собеседования, зачет, итоговый экзамен.

Технологии контроля: ситуативная, рейтинговая оценка, самооценка.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов осуществляется в пределах времени, указанного в учебных планах на аудиторные учебные занятия и внеаудиторную самостоятельную работу студентов, и проходит в письменной, устной или смешанной форме, с представлением конкретного продукта творческой деятельности студента. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении итогового контроля по дисциплине.

Общепедагогическими критериями оценки результатов организованной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала в аспекте компетенций;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление отчетного материала в соответствии с требованиями;
- творческий подход к выполнению самостоятельной работы;
- уровень сформированности аналитических, прогностических, рефлексивных умений;
- уровень владения устным и письменным общением;
- уровень владения новыми технологиями, понимание их применения, способность критического осмысления информации;

- уровень ответственности за свое обучение и организацию собственной познавательной деятельности.
- Студент может сверх предложенного преподавателем (при обосновании и согласовании с ним) минимума обязательного содержания, определяемого ФГОС по данной дисциплине:
- самостоятельно определять уровень (глубину) проработки содержания материала;
- предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельной проработки;
- в рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетности по результатам самостоятельной работы;
- предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы;
- использовать для самостоятельной работы методические пособия, учебные пособия, разработки сверх предложенного преподавателем перечня.

7. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Средства текущего контроля успеваемости, характеризующие этапы формирования компетенций (1-4 в семестр)	Перечень компетенций
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	1 семестр	УК-7
2.	Социально-биологические основы физической культуры.	1 семестр	УК-7
3.	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	1 семестр	УК-7
4.	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	1 семестр	УК-7
5.	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	1 семестр	УК-7
6.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	1 семестр	УК-7
7.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	1 семестр	УК-7
8.	Особенности занятий избранным видом спорта, системой физических упражнении.	1 семестр	УК-7
9.	Самоконтроль занимающихся	1 семестр	УК-7

	физическими упражнениями и спортом.		
10.	Профессионально- прикладная физическая подготовка студентов.	1 семестр	УК-7
11.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.	1 семестр	УК-7

7.1. Перечень заданий к 1-й и 2-й промежуточной аттестации

Вопросы для подготовки к 1-ой аттестации

(УК-7)

1. Формы физического воспитания студентов.
2. Программное построение курса физического воспитания.
3. Организация и содержание воспитательно-образовательного процесса в учебных отделениях.
4. Зачетные требования и обязанности студентов; роль индивидуального и дифференцированного подходов в выполнении программных зачетных требований.
5. Физиологические основы оздоровительной тренировки; типы нагрузки, интенсивность нагрузки.
6. Учет функционального состояния организма студентов в процессе физического воспитания
7. Двигательная активность как фактор здорового образа жизни
8. Лечебная физическая культура.
9. Заболевания. Их лечение и профилактика средствами физической культуры и спорта.
10. Психологическая подготовка будущего специалиста-инженера.
11. Роль физического самовоспитания в жизни студента.
12. Организация физического самовоспитания, функциональной самодиагностики.
13. Возможные ошибки и осложнения в процессе оздоровительной тренировки.
14. Роль врачебного контроля в организации физического воспитания студентов высших учебных заведений.

Вопросы для подготовки ко 2-ой аттестации

1. Мотивы занятия физической культурой и спортом, их роль в успешной профессиональной подготовке студентов технического вуза.
2. Физическое воспитание как основа здорового образа жизни.
3. Биоритмология. Значение режима дня.
4. Использование средств аэробики для совершенствования профессионально значимых физических качеств.
5. Физиологические критерии здоровья.
6. Физиологические основы оздоровительной тренировки.
7. Составные части оздоровительной физической культуры.
8. Дыхание во время занятий оздоровительной физической культурой.
9. Режим оздоровительной физической культуры. Интервалы отдыха
10. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры.
11. Система функциональной диагностики в процессе физического воспитания студентов технического вуза.
12. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.
13. Положительное влияние физической культуры при лечении некоторых видов заболеваний.
14. Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре

7.2. Вопросы для подготовки к зачету (УК-7)

1. Формы физического воспитания студентов.
2. Программное построение курса физического воспитания.
3. Организация и содержание воспитательно-образовательного процесса в учебных отделениях.
4. Зачетные требования и обязанности студентов; роль индивидуального и дифференцированного подходов в выполнении программных зачетных требований.
5. Физиологические основы оздоровительной тренировки; типы нагрузки, интенсивность нагрузки.
6. Учет функционального состояния организма студентов в процессе физического воспитания
7. Двигательная активность как фактор здорового образа жизни
8. Лечебная физическая культура.
9. Заболевания. Их лечение и профилактика средствами физической культуры и спорта.
10. Психологическая подготовка будущего специалиста-инженера.
11. Роль физического самовоспитания в жизни студента.
12. Организация физического самовоспитания, функциональной самодиагностики.
13. Возможные ошибки и осложнения в процессе оздоровительной тренировки.
14. Роль врачебного контроля в организации физического воспитания студентов высших учебных заведений.
15. Мотивы занятия физической культурой и спортом, их роль в успешной профессиональной подготовке студентов технического вуза.
16. Физическое воспитание как основа здорового образа жизни.
17. Биоритмология. Значение режима дня.
18. Использование средств аэробики для совершенствования профессионально значимых физических качеств.
19. Физиологические критерии здоровья.
20. Физиологические основы оздоровительной тренировки.
21. Составные части оздоровительной физической культуры.
22. Дыхание во время занятий оздоровительной физической культурой.
23. Режим оздоровительной физической культуры. Интервалы отдыха
24. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры.
25. Система функциональной диагностики в процессе физического воспитания студентов технического вуза.
26. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.
27. Положительное влияние физической культуры при лечении некоторых видов заболеваний.
28. Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре

8. Программное обеспечение, применяемое при изучении дисциплины

- ОС Windows (лицензионное ПО) или ОС Unix/Linux (свободное ПО).
- Microsoft Office (лицензионное ПО) или Open Office/Libre Office (свободное ПО).
- Браузеры Internet Explorer, Google Chrome , Opera и др. (свободное ПО).

9.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD,DVD)	Обеспеченность обучающихся литературой, (5гр./4гр.)х100%))
1	2	3	4	5	6	7
	Основная литература					
1	Лысова И. А. Физическая культура [Электронный учебник] : Учебное пособие / Лысова И. А., 2012, Московский гуманитарный университет. - 161 с.			-	ЭБС https://www.iprbookshop.ru/8625.html	100%
2	Сахарова Е. В. Физическая культура [Электронный учебник] : Учебное пособие / Сахарова Е. В., 2013, Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование. - 94 с. Режим доступа:			-	ЭБС http://iprbookshop.ru/11361	100%
3.	Кобяков Ю.П. Физическая культура.Основы здорового образа жизни:Учеб.пособие.-Изд. -2-е – Ростов н/Д:Феникс, 2014.-252с.-(Высшее образование).	34\20		35		50%
4	Физическая культура: Учебник./Под ред. М.Я.Виленского.-2-е изд.,стер.-М.: КНОРУС, 2013.-424с.-(Бакалавриат).			7		50%
5	Григорович Е.С. Физическая культура [Электронный учебник]: Учебное пособие/ Григорович Е.С.,2014, Вышэйшая школа.-351с.			-	ЭБС http://www.iprbookshop.ru/35564.html	100%
	Дополнительная литература					
6	Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8.			-	ЭБС https://urait.ru/bcode/468671	100%
7.	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7.:			-	ЭБС https://urait.ru/bcode/473770	100%

8.2. ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks (www.iprbookshop.ru)
   Образовательная платформа «ЮРАЙТ» https://urait.ru/)

2. Электронно-библиотечная система«Лань» (https://e.lanbook.com/) МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/)
3. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)
4. СПС «КонсультантПлюс» (http://www.consultant.ru/)

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к изучению новой учебной дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета. Глубина усвоения дисциплины зависит от активной и систематической работы студента на лекциях и семинарских занятиях, а также в ходе самостоятельной работы, по изучению рекомендованной литературы.

На лекциях важно сосредоточить внимание на ее содержании. Это поможет лучше воспринимать учебный материал и уяснить взаимосвязь проблем по всей дисциплине. Основное содержание лекции целесообразнее записывать в тетради в виде ключевых фраз, понятий, тезисов, обобщений, схем, опорных выводов. Необходимо обращать внимание на термины, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставлять в конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющей материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

С целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций необходимо задавать преподавателю уточняющие вопросы. Для закрепления содержания лекции в памяти, необходимо во время самостоятельной работы внимательно прочесть свой конспект и дополнить его записями из учебников и рекомендованной литературы. Конспектирование читаемых лекций и их последующая доработка способствует более глубокому усвоению знаний, и поэтому являются важной формой учебной деятельности студентов.

Прочное усвоение и долговременное закрепление учебного материала невозможно без продуманной самостоятельной работы. Такая работа требует от студента значительных усилий, творчества и высокой организованности. В ходе самостоятельной работы студенты выполняют следующие задачи:

- дорабатывают лекции, изучают рекомендованную литературу,
- готовятся к практическим занятиям, к коллоквиуму, контрольным работам по отдельным темам дисциплины.

При этом эффективность учебной деятельности студента во многом зависит от того, как он распорядился выделенным для самостоятельной работы бюджетом времени. Результатом самостоятельной работы является прочное усвоение материалов по предмету согласно программе дисциплины. В итоге этой работы формируются профессиональные умения и компетенции, развивается творческий подход к решению возникших в ходе учебной деятельности проблемных задач, появляется самостоятельности мышления.

Целью практических занятий по теории языка является закрепление теоретических знаний, полученных при изучении дисциплины. При подготовке к практическому занятию целесообразно выполнить следующие рекомендации: изучить основную литературу; ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т. д.; при необходимости доработать конспект лекций. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы.

При выполнении практических занятий основным методом обучения является самостоятельная работа студента под управлением преподавателя. На них пополняются теоретические знания студентов, их умение творчески мыслить, анализировать, обобщать изученный материал, проверяется отношение студентов к будущей профессиональной деятельности. Оценка выполненной работы осуществляется преподавателем комплексно: по результатам выполнения заданий, устному сообщению и оформлению работы. После подведения итогов занятия студент обязан устранить недостатки, отмеченные преподавателем при оценке его работы.

Семинары по дисциплине "Физическая культура и спорт" должны включать следующие компоненты: обсуждение теоретических вопросов на базе обязательной и дополнительной научной литературы, отработку методов и знакомство с различным программным обеспечением и сайтами Интернет, выполнение практических заданий, тестов и контрольных работ – в группе и индивидуально – с обязательной корректировкой со стороны преподавателя. В корректирующей части необходимо сделать акцент на проверке и интерпретации результатов.

Автор рабочей программы дисциплины (модуля):

Зав. каф. Дунаев К.Ш.

Директор библиотеки Арсагириева Т.А.