

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) по учебной дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры» разработан в соответствии с учебной программой «Современные технологии оздоровительной физической культуры» (регистрационный № УД-332/уч.) и предназначен для магистрантов дневной и заочной форм получения образования учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», обучающихся по специальности 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт», профилизации «Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре». Данная учебная дисциплина является компонентом учреждения высшего образования.

Актуальность подготовки данного ЭУМК обусловлена необходимостью формирования у магистрантов системы знаний, умений и навыков использования современных подходов в оздоровительной физической культуре с применением физических методов стимулирования работоспособности занимающихся.

Основная цель разработанного ЭУМК – обеспечить высокий уровень теоретической и практической подготовленности специалиста по физической культуре и спорту для определения наиболее адекватных форм занятий, режима и методики тренировки с использованием физических методов стимулирования работоспособности и комплексного контроля за физическим и психофизиологическим состоянием занимающихся.

Задачи изучения ЭУМК по учебной дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры»:

- изучить современные методические подходы применения немедикаментозных физических средств стимуляции физической и психической работоспособности занимающихся на занятиях физическими упражнениями с оздоровительной направленностью;

- ознакомить с комплексным контролем за физическим состоянием занимающихся и психофизиологической диагностикой занимающихся;

- дать физиологическое обоснование выбора нагрузок на основе комплексной оценки физического состояния человека.

Содержание ЭУМК структурировано в пяти взаимодополняющих разделах: учебные программы по учебной дисциплине, теоретический, практический, вспомогательный и раздел контроля знаний.

Раздел «Учебные программы по учебной дисциплине» содержит утвержденную и зарегистрированную учебную программу учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры» по специальности 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт», профилизации «Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре».

Теоретический раздел ЭУМК включает обязательную часть, представленную тезисами лекций с указанием списка рекомендуемой

литературы для теоретического изучения учебной дисциплины в объеме 12 часов для магистрантов 1 курса дневной и 2 курса заочной форм получения образования.

Практический раздел ЭУМК содержит обязательную часть, в которой представлены:

- планы практических занятий по каждой теме учебной дисциплины «Современные технологии оздоровительной физической культуры»;
- организация и перечень тем управляемой самостоятельной работы магистрантов.

В разделе контроля знаний ЭУМК отражены:

- материалы для текущей аттестации магистрантов, позволяющие определить соответствие результатов учебной деятельности обучающихся требованиям образовательного стандарта на второй ступени высшего образования и учебно-программной документации образовательных программ высшего образования (магистратура);
- диагностика компетенций магистрантов по учебной дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры».

Основным структурным элементом вспомогательного раздела является список литературы, рекомендуемой для изучения учебной дисциплины «Современные технологии оздоровительной физической культуры».

Доступ к ЭУМК по учебной дисциплине «Современные технологии оздоровительной физической культуры» имеют пользователи локальной сети университета.