

## ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МАГИСТРАНТОВ

Содержание и формы самостоятельной работы магистрантов разрабатываются или адаптируются в соответствии и целями и задачами подготовки специалистов. Самостоятельная работа магистрантов осуществляется в следующих формах, отличающихся степенью самостоятельности ее выполнения и управления/контроля со стороны преподавателя:

– управляемая самостоятельная работа (УСР), предусматривающая самостоятельное выполнение магистрантами учебного или исследовательского задания при определенном контроле и управлении преподавателя (указания с его стороны, рекомендации, научно-методическое и информационное обеспечение и др.);

– собственно самостоятельная работа, организуемая магистрантом в рациональное с его точки зрения время, мотивируемая собственными познавательными потребностями и контролируемая им самим.

Наиболее эффективными формами и методами организации самостоятельной работы при освоении учебной дисциплины «Технология программирования занятий оздоровительной направленности» являются: выполнение промежуточных заданий; самостоятельное выполнение практических, контрольных заданий, УСР.

Контроль УСР осуществляется в виде: разработки анкеты, протоколов тестирования; устного опроса; разработки фитнес-программ.

Контроль УСР осуществляется в определенные кафедрой сроки на консультациях и аудиторных занятиях по учебной дисциплине.

Преподаватели, контролирующие УСР, в обязательном порядке составляют и утверждают на кафедре в начале семестра график консультаций и сроков выполнения предусмотренных контрольных мероприятий (в соответствии с учебной программой УВО по учебной дисциплине).

Объем аудиторных часов, отведенных на консультационно-методическую поддержку УСР (консультации) и контроль УСР, планируется, как правило, в пределах учебных часов, переведенных в УСР.

Выделенные на консультационно-методическую поддержку УСР (консультации) и контроль УСР аудиторные часы тарифицируются согласно действующим нормам времени для расчета объема учебной работы, выполняемой профессорско-преподавательским составом.

Основными требованиями к контролю и оценке УСР являются: всесторонность (объем, глубина, осознанность, системность, прочность знаний, возможность применения на практике), объективность, дифференцированность, систематичность, регулярность, оптимальность, разнообразие форм проведения контроля; сочетание контроля и самоконтроля; единство требований преподавателей.

Критериями оценки результатов УСР обучающихся являются:

уровень освоения учебного материала;

умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

полнота представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная СР;

обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный вопрос;

представление (оформление) отчетного материала в соответствии с требованиями преподавателя.

Количественные результаты УСР учитываются как составная часть отметки по учебной дисциплине.

Обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания УСР. Невыполнение заданий УСР расценивается как невыполнение учебной программы.

Обучающиеся допускаются к конкретной форме текущей аттестации по учебной дисциплине при условии выполнения всех семестровых видов отчетности УСР.

Магистрантам, которые не смогли сдать семестровые виды отчетности УСР в установленные кафедрой сроки по уважительным причинам, заведующий кафедрой устанавливает индивидуальные сроки сдачи отчетности УСР.

Часы, выделенные на УСР, используются для проведения установочных занятий, консультаций и контрольных мероприятий. Они могут вноситься или не вноситься в расписание аудиторных занятий, но обязательно фиксируются в журналах академических групп и в журнале учета нагрузки профессорско-преподавательского состава.

Индивидуальная норма учебной нагрузки преподавателя определяется на основании фактического объема аудиторных часов, выделенных на УСР.

Разработка научно-методического обеспечения УСР по учебной дисциплине включается в индивидуальный план преподавателя в раздел «Научно-методическая работа».

## ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МАГИСТРАНТОВ

1. Определение и оценка субъективных и объективных показателей физического состояния для программирования оздоровительных занятий – разработка анкеты, протоколов тестирования.

2. Программирование индивидуальных оздоровительных занятий комплексной направленности – разработка фитнес-программ.

3. Программирование групповых оздоровительных занятий избирательной и комплексной направленности – разработка фитнес-программ.